

## Recomanacions del dinar i sopar

Us suggerim els grups d'aliments més adients per al sopar dels vostres fills i filles, per tal de completar la dieta equilibrada del dia. Aquestes orientacions us poden ajudar a planificar els sopars setmanals perquè siguin variats i saludables.

### DINAR



### SOPAR



## aquest mes

### Els rols familiars a la taula

Els infants **aprenen observant** molt més del que pensem. A l'hora de menjar, el que fan els adults té un gran impacte: si veuen que mengem amb calma, si provem aliments nous i si respectem el torn de paraula... ells ho imiten!



A casa, com al menjador, el que fem **val més que mil paraules**. Els nostres hàbits, actituds i comentaris a taula esdevenen una escola de valors i convivència.

### Què podem fer a casa?



- Conversem** a taula, sense pantalles, ni mòbils.
- Evitem** missatges negatius sobre el menjar o el propi cos.
- Donem exemple** tastant aliments nous o menjant verdures.
- Impliquem-los** en petites tasques: parar taula, servir-se...

## 10 mesos causes

### Dia Internacional de les Famílies

Aquest mes celebrem **els vincles, les rutines compartides i el temps junts**. Perquè la família — en totes les seves formes— és el **primer espai on aprenem a estimar, conviure, comunicar-nos, cuidar-nos i créixer com a persones**.



### Aquest dia:

- Reivindica el valor de la família com a espai d'afecte, aprenentatge i seguretat emocional.
- Visibilitza la diversitat de models familiars (famílies monoparentals, reconstituïdes, adoptives, homoparentals, extenses, acollidores, etc.).

### Segell dietista

**Proposta:** feu un **joc de preguntes** per conèixer-vos millor (Quin és el teu moment del dia preferit? Quin record familiar t'agrada més?...)



Informació nutricional del menú escolar diari

- K** Energia (kcal)
- H** Hidrats de carboni
- P** Proteïna
- L** Lípids

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 25 d'octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÈRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren.



# MENÚ: MAIG 2026

# DIETA:

# BASAL

TOTS ELS MENÚS ESTAN ACOMPANYATS AMB AIGUA I PA

AMANIT AMB OLI D'OLIVA I CUINAT AMB OLI D'OLIVA O OLI GIRASOL ALT OLEIC

Cuinat amb oli d'oliva

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES



# BENVINGUT MAIG



1

# FESTIU

4

Crema de llegums i pastanaga  
Lasanya casolana bolonyesa  
Amanida variada  
Fruita del temps

k 595,55 H 54,17 P 17,94 L 35,64

5

Amanida de pasta  
(blat de moro, olives, tomàquet i tonyina)  
Trita de carbassó  
Amanida variada  
Fruita del temps

k 575,32 H 83,9 P 16,61 L 18,86

6

Coliflor amb patata  
Estofat de gall d'indi a la jardinera  
(ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)  
Fruita del temps

k 511,48 H 45,98 P 30,55 L 24,88

7

Arròs integral amb samfaina  
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)  
Filet de lluç a la planxa  
Amanida variada  
logurt natural La Fageda

k 583,43 H 55,12 P 30,32 L 26,82

8

Empedrat de mongeta blanca  
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)  
Escalopa de porc  
Tomàquet al forn a la provençal  
Fruita del temps

k 711,95 H 69,5 P 33,65 L 33,52

## PROTEÏNA VEGETAL

11

Crema de patata i porro  
Macarrons amb bolonyesa de llegum  
Amanida variada  
Fruita del temps

k 590,82 H 86,83 P 14,73 L 21,92

12

Amanida de cigrons  
(tomàquet, olives, blat de moro)  
Coca de verdures amb tonyina  
(Tonyina, tomàquet, ceba, albergínia)  
Fruita del temps

k 728,51 H 109,3 P 23,3 L 21,35

13

Rissoto amb bolets i formatge  
Gallineta al forn  
amb llimona  
Amanida variada  
Vaset gelat

k 782,83 H 61,82 P 35,13 L 43,13

14

Mongeta blanca estofada  
(ceba, all, tomàquet i pebrot)  
Trita francesa amb pernil dolç  
Amanida variada  
Fruita del temps

k 654,19 H 50,74 P 30,47 L 37,22



## DIA DE LA FAMILIA

15

Mongeta tendra amb patata  
Pollastre al forn  
amb pèsols i salsa de poma  
Fruita del temps

k 477 H 52,2 P 23,7 L 22,75

18

Amanida de lleties, tomàquet,  
blat de moro i olives  
Rotllets de primavera amb salsa agredolça  
Amanida variada  
Fruita del temps

k 568,91 H 66,2 P 22,79 L 24,09

19

Crema de carbassó i porro  
Trita de patata i ceba  
Xips  
Fruita del temps

k 581,53 H 61,37 P 13,07 L 32,35

20

Espaguettis integrals amb salsa pesto  
Filet de lluç el forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

k 685,7 H 49,4 P 36,94 L 37,8

21

Menestra de verdures  
(Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba)  
Botifarra de porc al forn  
Seques a l'allet  
logurt natural La Fageda

k 838,51 H 73,23 P 26,51 L 49,17

# FESTIU

22

25

# FESTA

26

Macarrons a la carbonara  
Librets de gall dindi al forn  
Amanida variada  
Pinya al natural en trossos

k 543,71 H 67,31 P 22,25 L 20,81

27

Amanida d'arròs  
(tomàquet, blat de moro, pastanaga)  
Estofat de vedella amb patata i pèsols  
(ceba, tomàquet, patata i pèsol)  
Fruita del temps

k 613,71 H 93,65 P 26,79 L 14,69

28

Cigrons amb sofregit de tomàquet  
(ceba, all i tomàquet)  
Trita de carbassó  
Amanida variada  
Fruita del temps

k 782,31 H 55,54 P 32,86 L 47,55

29

Bròquil amb patata  
Pollastre al forn  
amb salsa de poma  
Vaset gelat

k 735,18 H 53,43 P 38,25 L 40,97

**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**



# BENVINGUT MAIG



1

**FESTIU**

4

Crema de llegums i pastanaga  
Lasanya de pisto amb  
beixamel vegana  
Amanida variada  
Fruita del temps

5

Amanida de pasta  
(blat de moro, olives, tomàquet i tonyina)  
Truita de carbassó  
Amanida variada  
Fruita del temps

6

Coliflor amb patata  
Daus de gall dindi halal a la jardineria  
(ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)  
Fruita del temps

7

Arròs amb samfaina  
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)  
Filet de lluç a la planxa  
Amanida variada  
logurt natural La Fageda

8

Empedrat de mongeta blanca  
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)  
Llibrets de gall dindi halal al forn  
Tomàquet al forn a la provençal  
Fruita del temps

11

Crema de patata i porro  
Macarrons amb bolonyesa de llegum  
Amanida variada  
Fruita del temps

12

Amanida de cigrons  
(tomàquet, olives, blat de moro)  
Coca de verdures amb tonyina  
(Tonyina, tomàquet, ceba, albergínia)  
Fruita del temps

13

Rissoto amb bolets i formatge  
Gallineta al forn  
amb llimona  
Amanida variada  
Vaset gelat

14

Mongeta blanca estofada  
(ceba, all, tomàquet i pebrot)  
Truita francesa amb formatge  
Amanida variada  
Fruita del temps

**DIA DE LA FAMILIA**

15

Mongeta tendra amb patata  
Pollastre halal al forn  
amb pèsols i salsa de poma  
Fruita del temps



18

Amanida de lleties, tomàquet,  
blat de moro i olives  
Rotllets de primavera amb salsa agredolça  
Amanida variada  
Fruita del temps

19

Crema de carbassó i porro  
Truita de patata i ceba  
Xips  
Fruita del temps

20

Espaguetis amb salsa pesto  
Filet de lluç el forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

Menestra de verdures  
(Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba)  
Salsitxes de gall dindi halal  
Seques a l'allet  
logurt natural La Fageda

**FESTIU**

22

25

**FESTA**

26

Macarrons amb beixamel vegetal  
Llibrets de gall dindi halal al forn  
Amanida variada  
Pinya al natural en trossos

27

Amanida d'arròs  
(tomàquet, blat de moro, pastanaga)  
Pernilets de pollastre halal  
amb patata i pèsols  
(ceba, tomàquet, patata i pèsol)  
Fruita del temps

28

Cigrons amb sofregit de tomàquet  
(ceba, all i tomàquet)  
Truita de carbassó  
Amanida variada  
Fruita del temps

29

Bròquil amb patata  
Pollastre halal al forn  
amb salsa de poma  
Vaset gelat



# MENÚ: MAIG 2026

TOTS ELS MENÚS ESTAN ACOMPANYATS  
AMB AIGUA I PA

AMANIT AMB OLI D'OLIVA I CUINAT  
AMB OLI D'OLIVA O OLI GIRASOL ALT OLEIC

Cuinat amb oli d'oliva

# DIETA:

# SENSE LACTOSA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# BENVINGUT MAIG



1

# FESTIU

4

Crema de llegums i pastanaga (s/llet)  
Lasanya casolana bolonyesa  
amb beixamel vegetal  
Amanida variada  
Fruita del temps

5

Amanida de pasta  
(blat de moro, olives, tomàquet i tonyina)  
Truita de carbassó  
Amanida variada  
Fruita del temps

6

Coliflor amb patata  
Estofat de gall d'indi a la jardinera  
(ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)  
Fruita del temps

7

Arròs amb samfaina  
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)  
Filet de lluç a la planxa  
Amanida variada  
logurt natural sense lactosa

8

Empedrat de mongeta blanca  
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)  
Escalopa de porc  
Tomàquet al forn a la provençal  
Fruita del temps

11

Crema de patata i porro (s/llet)  
Macarrons amb bolonyesa de llegum  
Amanida variada  
Fruita del temps

12

Amanida de cigrons  
(tomàquet, olives, blat de moro)  
Coca (s/llet) de verdures amb tonyina  
(Tonyina, tomàquet, ceba, albergínia)  
Fruita del temps

13

Arròs amb salsa funghi vegetal  
Gallineta al forn  
amb llimona  
Amanida variada  
logurt natural sense lactosa

14

Mongeta blanca estofada  
(ceba, all, tomàquet i pebrot)  
Truita francesa  
Amanida variada  
Fruita del temps

# DIA DE LA FAMILIA

15

Mongeta tendra amb patata  
Pollastre al forn  
amb pèsols i salsa de poma (s/llet)  
Fruita del temps



18

Amanida de lleties, tomàquet,  
blat de moro i olives  
Rotllets de primavera amb salsa agredolça  
Amanida variada  
Fruita del temps

19

Crema de carbassó i porro (s/llet)  
Truita de patata i ceba  
Xips  
Fruita del temps

20

Espaguettis amb salsa de tomàquet  
Filet de lluç el forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

Menestra de verdures  
(Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba)  
Botifarra de porc al forn  
Seques a l'allet  
logurt natural sense lactosa

# FESTIU

22

25

# FESTA

26

Macarrons a la carbonara  
Gall dindi al forn  
Amanida variada  
Pinya al natural en trossos

27

Amanida d'arròs  
(tomàquet, blat de moro, pastanaga)  
Estofat de vedella amb patata i pèsols  
(ceba, tomàquet, patata i pèsol)  
Fruita del temps

28

Cigrons amb sofregit de tomàquet  
(ceba, all i tomàquet)  
Truita de carbassó  
Amanida variada  
Fruita del temps

29

Bròquil amb patata  
Pollastre al forn  
amb salsa de poma (s/llet)  
logurt natural sense lactosa



## MENÚ: MAIG 2026

TOTS ELS MENÚS ESTAN ACOMPANYATS  
AMB AIGUA I PA

AMANIT AMB OLI D'OLIVA I CUINAT  
AMB OLI D'OLIVA O OLI GIRASOL ALT OLEIC

Cuinat amb oli d'oliva

## DIETA:

### SENSE FRUITS SECS

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# BENVINGUT MAIG



1

## FESTIU

4

Crema de llegums i pastanaga  
Lasanya casolana bolonyesa  
Amanida variada  
Fruita del temps

5

Amanida de pasta  
(blat de moro, olives, tomàquet i tonyina)  
Trita de carbassó  
Amanida variada  
Fruita del temps

6

Coliflor amb patata  
Estofat de gall d'indi a la jardinera  
(ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)  
Fruita del temps

7

Arròs amb samfaina  
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)  
Filet de lluç a la planxa  
Amanida variada  
logurt natural La Fageda

8

Empedrat de mongeta blanca  
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)  
Escalopa de porc  
Tomàquet al forn a la provençal  
Fruita del temps

11

Crema de patata i porro  
Macarrons amb bolonyesa de llegum  
Amanida variada  
Fruita del temps

12

Amanida de cigrons  
(tomàquet, olives, blat de moro)  
Coca (s/FS) de verdures amb tonyina  
(Tonyina, tomàquet, ceba, albergínia)  
Fruita del temps

13

Rissoto amb bolets i formatge  
Gallineta al forn  
amb llimona  
Amanida variada  
Vaset gelat

14

Mongeta blanca estofada  
(ceba, all, tomàquet i pebrot)  
Trita francesa amb pernil dolç  
Amanida variada  
Fruita del temps

**DIA DE LA FAMILIA**

15

Mongeta tendra amb patata  
Pollastre al forn  
amb pèsols i salsa de poma  
Fruita del temps



18

Amanida de lleties, tomàquet,  
blat de moro i olives  
Rotllets de primavera amb salsa agredolça  
Amanida variada  
Fruita del temps

19

Crema de carbassó i porro  
Trita de patata i ceba  
Xips  
Fruita del temps

20

Espaguetis amb salsa de tomàquet  
Filet de lluç el forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

Menestra de verdures  
(Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba)  
Botifarra de porc al forn  
Seques a l'allet  
logurt natural La Fageda

## FESTIU

25

# FESTA

26

Macarrons a la carbonara  
Librets de gall dindi al forn  
Amanida variada  
Pinya al natural en trossos

27

Amanida d'arròs  
(tomàquet, blat de moro, pastanaga)  
Estofat de vedella amb patata i pèsols  
(ceba, tomàquet, patata i pèsol)  
Fruita del temps

28

Cigrons amb sofregit de tomàquet  
(ceba, all i tomàquet)  
Trita de carbassó  
Amanida variada  
Fruita del temps

29

Bròquil amb patata  
Pollastre al forn  
amb salsa de poma  
Vaset gelat



# MENÚ: MAIG 2026

TOTS ELS MENÚS ESTAN ACOMPANYATS  
AMB AIGUA I PA  
AMANIT AMB OLI D'OLIVA I CUINAT  
AMB OLI D'OLIVA O OLI GIRASOL ALT OLEIC

Cuinat amb oli d'oliva

# DIETA:

# HALAL NO PEIX

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# BENVINGUT MAIG



1

FESTIU

4

Crema de llegums i pastanaga  
Lasanya de pisto amb  
beixamel vegana  
Amanida variada  
Fruita del temps

5

Amanida de pasta  
(blat de moro, olives, tomàquet) (s/tonyina)  
Trita de carbassó  
Amanida variada  
Fruita del temps

6

Coliflor amb patata  
Daus de gall dindi halal a la jardinera  
(ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)  
Fruita del temps

7

Arròs amb samfaina  
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)  
Trita a la francesa  
Amanida variada  
logurt natural La Fageda

8

Empedrat de mongeta blanca  
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)  
Llibrets de gall dindi halal al forn  
Tomàquet al forn a la provençal  
Fruita del temps

11

Crema de patata i porro  
Macarrons amb bolonyesa de llegum  
Amanida variada  
Fruita del temps

12

Amanida de cigrons  
(tomàquet, olives, blat de moro)  
Coca de verdures (s/tonyina)  
( tomàquet, ceba, albergínia)  
Fruita del temps

13

Rissoto amb bolets i formatge  
Daus de gall dindi halal  
amb llimona  
Amanida variada  
Vaset gelat

14

Mongeta blanca estofada  
(ceba, all, tomàquet i pebrot)  
Trita francesa amb formatge  
Amanida variada  
Fruita del temps

DIA DE LA FAMILIA

15

Mongeta tendra amb patata  
Pollastre halal al forn  
amb pèsols i salsa de poma  
Fruita del temps



18

Amanida de lleties, tomàquet,  
blat de moro i olives  
Rotllets de primavera amb salsa agredolça  
Amanida variada  
Fruita del temps

19

Crema de carbassó i porro  
Trita de patata i ceba  
Xips  
Fruita del temps

20

Espaguettis amb salsa pesto  
Gall dindi halal al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

Menestra de verdures  
(Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba)  
Salsitxes de gall dindi halal  
Seques a l'allet  
logurt natural La Fageda

22

FESTIU

25

FESTA

26

Macarrons amb beixamel vegetal  
Llibrets de gall dindi halal al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

27

Amanida d'arròs  
(tomàquet, blat de moro, pastanaga)  
Pernilets de pollastre halal  
amb patata i pèsols  
(ceba, tomàquet, patata i pèsol )

28

Cigrons amb sofregit de tomàquet  
(ceba, all i tomàquet)  
Trita de carbassó  
Amanida variada  
Fruita del temps

29

Bròquil amb patata  
Pollastre halal al forn  
Cogombre i tomàquet amanit  
Vaset gelat



# MENÚ: MAIG 2026

TOTS ELS MENÚS ESTAN ACOMPANYATS  
AMB AIGUA I PA  
AMANIT AMB OLI D'OLIVA I CUINAT  
AMB OLI D'OLIVA O OLI GIRASOL ALT OLEIC

Cuinat amb oli d'oliva

# DIETA:

## OVOLACTEOVEGETARIÀ

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# BENVINGUT MAIG



1

# FESTIU

4

Crema de llegums i pastanaga  
Lasanya de pisto amb  
beixamel vegana  
Amanida variada  
Fruita del temps

5

Amanida de pasta  
(blat de moro, olives, tomàquet)  
Trita de carbassó  
Amanida variada  
Fruita del temps

6

Coliflor amb patata  
Llenties estofades amb verdures  
(ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)  
Fruita del temps

7

Arròs amb samfaina  
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)  
Cigrons saltejats a l'allet  
Amanida variada  
logurt natural La Fageda

8

Empedrat de mongeta blanca  
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)  
Varetes de verdures  
Tomàquet al forn a la provençal  
Fruita del temps

11

Crema de patata i porro  
Macarrons amb bolonyesa de llegum  
Amanida variada  
Fruita del temps

12

Amanida de cigrons  
(tomàquet, olives, blat de moro)  
Coca de verdures (s/tonyina)  
(tomàquet, ceba, albergínia)  
Fruita del temps

13

Rissoto amb bolets i formatge  
Llenties saltejades  
amb pebrot  
Amanida variada  
Vaset gelat

14

Mongeta blanca estofada  
(ceba, all, tomàquet i pebrot)  
Trita francesa amb formatge  
Amanida variada  
Fruita del temps

**DIA DE LA FAMILIA**

15

Mongeta tendra amb patata  
Varetes de verdures  
amb pèsols i salsa de poma  
Fruita del temps



18

Amanida de llenties, tomàquet,  
blat de moro i olives  
Rotllets de primavera amb salsa agredolça  
Amanida variada  
Fruita del temps

19

Crema de carbassó i porro  
Trita de patata i ceba  
Xips  
Fruita del temps

20

Espaguettis amb salsa pesto  
Llenties saltejades amb pastanaga  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

Menestra de verdures  
(Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba)  
Trita a la francesa  
Seques a l'allet  
logurt natural La Fageda

# FESTIU

25

# FESTA

26

Macarrons amb beixamel vegetal  
Trita de patata i ceba  
Amanida variada  
Fruita del temps

27

Amanida d'arròs  
(tomàquet, blat de moro, pastanaga)  
Llenties saltejades amb pebrot  
Amanida variada  
Fruita del temps

28

Cigrons amb sofregit de tomàquet  
(ceba, all i tomàquet)  
Trita de carbassó  
Amanida variada  
Fruita del temps

29

Bròquil amb patata  
Cigrons saltejats amb  
Cogombre i tomàquet amanit  
Vaset gelat



# MENÚ: MAIG 2026

TOTS ELS MENÚS ESTAN ACOMPANYATS AMB AIGUA I PA

AMANIT AMB OLI D'OLIVA I CUINAT AMB OLI D'OLIVA O OLI GIRASOL ALT OLEIC

Cuinat amb oli d'oliva

# DIETA:

## VEGÀ

### DILLUNS

### DIMARTS

### DIMECRES

### DIJOUS

### DIVENDRES



# BENVINGUT MAIG



1

## FESTIU

4

Crema de llegums i pastanaga  
Falafel al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

5

Amanida de pasta  
(blat de moro, olives, tomàquet)  
Mongetes blanques saltejades amb pastanaga  
Amanida variada  
Fruita del temps

6

Coliflor amb patata  
Llenties estofades amb verdures  
(ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)  
Fruita del temps

7

Arròs amb samfaina  
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)  
Cigrons saltejats a l'allet  
Amanida variada  
logurt de soja

8

Empedrat de mongeta blanca  
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)  
Varetes de verdures  
Tomàquet al forn a la provençal  
Fruita del temps

11

Crema de patata i porro  
Macarrons amb bolonyesa de llegum  
Amanida variada  
Fruita del temps

12

Amanida de cigrons  
(tomàquet, olives, blat de moro)  
Coca de verdures (s/tonyina)  
(tomàquet, ceba, albergínia)  
Fruita del temps

13

Arròs amb salsa funghi vegetal  
Llenties saltejades amb pebrot  
Amanida variada  
logurt de soja

14

Mongeta blanca estofada  
(ceba, all, tomàquet i pebrot)  
Verdures al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

### DIA DE LA FAMILIA

15

Mongeta tendra amb patata  
Falafel al forn  
amb pèsols i salsa de poma  
Fruita del temps



18

Amanida de llenties, tomàquet,  
blat de moro i olives  
Rotllets de primavera amb salsa agredolça  
Amanida variada  
Fruita del temps

19

Crema de carbassó i porro (s/llet)  
Hummus de cigrons  
Xips  
Fruita del temps

20

Espaguettis amb salsa de tomàquet  
Llenties saltejades amb pastanaga  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

Menestra de verdures  
(Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba)  
Seques a l'allet  
Amanida variada  
logurt de soja

22

## FESTIU

25

## FESTA

26

Macarrons amb beixamel vegetal  
Cigrons saltejats a l'allet  
Amanida variada  
Fruita del temps

27

Amanida d'arròs  
(tomàquet, blat de moro, pastanaga)  
Llenties saltejades amb pebrot  
Amanida variada  
Fruita del temps

28

Cigrons amb sofregit de tomàquet  
(ceba, all i tomàquet)  
Mongetes blanques saltejades amb pastanaga  
Amanida variada  
Fruita del temps

29

Bròquil amb patata  
Cigrons saltejats amb  
Cogombre i tomàquet amanit  
logurt de soja

**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**



# BENVINGUT MAIG



**FESTIU**

1

4

Crema de pastanaga  
Pollastre a la planxa  
Amanida variada (s/olives i oli)  
Fruita del temps

5

Amanida de pasta  
(blat de moro, tomaquet i tonyina) (s/olives)  
(ceba, all, tomàquet i pebrot)  
Truita de carbassó  
Amanida variada (s/olives i oli)  
\*Fruita del temps

6

Coliflor amb patata (s/oli)  
Estofat de gall d'indi a la jardineria  
(ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)  
\*Fruita del temps

7

Arròs amb samfaina  
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)  
Filet de lluç a la planxa  
Amanida variada (s/olives i oli)  
logurt natural La Fageda

8

Empedrat de mongeta blanca  
(mongeta blanca, pebrot, ceba) (s/olives)  
Escalopa de porc  
Tomàquet al forn (s/oli)  
\*Fruita del temps

11

Crema de patata i porro  
Macarrons (s/soja) amb salsa de  
tomàquet amb pollastre a la planxa  
Amanida variada (s/olives i oli)  
\*Fruita del temps

12

Amanida de patates  
(tomàquet, blat de moro) (s/olives)  
Coca(s/soja i oli) de verdures amb tonyina  
(Tonyina, tomàquet, ceba, albergínia)  
\*Fruita del temps

13

Arròs amb sofregit de tomàquet  
Gallineta al forn  
amb llimona  
Amanida variada (s/olives i oli)  
Vaset gelat

14

Mongeta blanca estofada  
(ceba, all, tomàquet i pebrot)  
Truita francesa amb pernil dolç  
Amanida variada (s/olives i oli)  
\*Fruita del temps



**DIA DE LA FAMILIA**

15

Mongeta tendra amb patata  
Pollastre al forn  
amb pèsols  
\*Fruita del temps

18

Amanida de patates, tomàquet,  
blat de moro (s/olives)  
Gall dindi al forn  
amb salsa agre-dolça  
Amanida variada (s/olives i oli)  
\*Fruita del temps

19

Crema de carbassó i porro  
Truita de patata i ceba  
Amanida variada (s/olives i oli)  
\*Fruita del temps

20

Espaguettis (s/soja) amb salsa de tomàquet  
Filet de lluç el forn  
Amanida variada (s/olives i oli)  
\*Fruita del temps

21

Menestra de verdures  
(Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba)  
Truita a la francesa  
Amanida variada (s/olives i oli)  
logurt natural La Fageda

**FESTIU**

22

25

**FESTA**

26

Macarrons (s/soja) amb salsa de tomàquet\*  
Gall dindi al forn  
Amanida variada (s/olives i oli)  
\*Fruita del temps

27

Amanida d'arròs (s/oli)  
(tomàquet, blat de moro, pastanaga)  
Estofat de vedella amb patata i pèsols  
(ceba, tomàquet, patata i pèsol)  
\*Fruita del temps

28

Arròs amb sofregit de tomàquet  
(ceba, all i tomàquet)  
Truita de carbassó  
Amanida variada (s/olives i oli)  
\*Fruita del temps

29

Bròquil amb patata  
Pollastre al forn  
Cogombre i tomàquet (s/oli)  
Vaset gelat