

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1

VACANCES DE PRIMAVERA

2

Espirals amb salsa de tomàquet  
**Croquetes de mill#**  
Guarnició de pastanaga i olives  
logurt natural ECO sense sucre

3

Llenties estofades amb arròs  
Trita a la francesa  
Amanida de tomàquet i orenga  
Fruita

4

Arròs tres delícies  
Pollastre al forn amb salsa de verdures  
Fruita

5

Espinacs amb patata  
Daus de gall dindi adobats  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

8

Sopa de brot amb pistons  
Hamburguesa vegetal  
Ceba confitada  
Fruita

9

Crema de llegums  
Trita de patates i carbassó  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

10

Amanida d'arròs  
(sene cavalla)  
Gall dindi arrebossat  
Amanida d'enciam i col llombarda  
Fruita del temps amb xocolata

11

Mongetes blanques estofades amb  
hortalisses  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
logurt natural ECO sense sucre

12

Coliflor amb patata  
Mandonguilles de vedella amb salsa de  
tomàquet i ceba  
Fruita

15  
FESTA

16

Macarrons a la napolitana  
Trita de pernil  
Amanida d'enciam i olives  
logurt natural ECO sense sucre

17

Bledes amb patata  
Llenties estofades amb hortalisses  
Fruita

18

Arròs saltejat amb xampinyons  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

19

Crema de porro i patata  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Patates fregides casolanes  
Fruita

22

Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Gall dindi a la planxa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

23

**ÒPAT DE SANT JORDI**  
Sopa de lletres  
Carn magra arrebossada  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Crema catalana

24

Bròquil amb patata  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

25

Cigrons amb oli  
Pollastre a l'allada  
Patates cub  
Fruita

26

Tallarines a la carbonara  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

29

Arròs integral amb verdures  
Pollastre rostit  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

30

Pèsols amb patata  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

\*Plat o producte sense peix, marisc ni traces.  
#Producte especial sense peix ni marisc.

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1  
VACANCES DE PRIMAVERA

2  
Tortel·linis de formatge amb salsa de tomàquet  
Croquetes de pollastre  
Guarnició de pastanaga i olives  
Iogurt natural ECO sense sucre

3  
Llenties estofades amb arròs  
Llom a la planxa  
Amanida de tomàquet i orenga  
Fruita

4  
Arròs tres delícies  
Peix blanc\*\* amb salsa de verdures  
Fruita

5  
Espinacs amb patata  
Daus de gall dindi adobats  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

8  
Sopa de brou amb pistons  
Peix blanc\*\* al forn  
Ceba confitada  
Fruita

9  
Crema de llegums  
Pannini de xampinyons  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

10  
Amanida d'arròs amb cavalla  
Salmó\*\* arrebossat  
Amanida d'enciam i col llombarda  
Fruita del temps amb xocolata

11  
Mongetes blanques estofades amb hortalisses  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Iogurt natural ECO sense sucre

12  
Coliiflor amb patata  
Mandonguilles de vedella amb salsa de tomàquet i ceba  
Fruita

15  
FESTA

16  
Macarrons a la napolitana  
Llom a la planxa  
Amanida d'enciam i olives  
Iogurt natural ECO sense sucre

17  
Bledes amb patata  
Llenties estofades amb hortalisses  
Fruita

18  
Arròs saltejat amb xampinyons  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

19  
Crema de porro i patata  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Patates fregides casolanes  
Fruita

22  
Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

23  
**ÒPAT DE SANT JORDI**  
Sopa de lletres  
Llibrets de pernil i formatge  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Crema catalana

24  
Bròquil amb patata  
Gall dindi a la planxa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

25  
Cigrons amb oli  
Pollastre a l'allada  
Patates cub  
Fruita

26  
Tallarines a la carbonara  
Peix blanc\*\* al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

29  
Arròs integral amb verdures  
Pollastre rostit  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

30  
Pèsols amb patata  
Calamars a l'andalusa casolans  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
Iogurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1  
VACANCES DE PRIMAVERA

2  
**Espirals#** amb **salsa de tomàquet\*\***  
Pit de pollastre **arrebossat#**  
Amanida d'enciam i olives  
**logurt sense lactosa#**

3  
**Llenties (SENSE GLUTEN)\*\*** amb oli  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam  
**logurt sense lactosa#**

4  
Arròs bullit  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam  
**Fruita\*\***

5  
Espinacs amb patata  
Daus de gall dindi adobats  
Amanida d'enciam  
**Fruita\*\***

8  
**Pasta#** bullida  
Peix blanc\*\* al forn  
Ceba confitada  
**Fruita\*\***

9  
Crema de **pèsols\*\***  
Trita de patates  
(sense carbassó)  
Amanida d'enciam  
**logurt sense lactosa#**

10  
Arròs bullit  
Salmó\*\* **arrebossat#**  
Amanida d'enciam  
**Fruita\*\***

11  
Patates amb oli  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida d'enciam i **formatge fresc#**  
**logurt sense lactosa#**

12  
Coliflor amb patata  
**Mandonguilles\*** de vedella amb **salsa de tomàquet\*\*** i ceba  
**logurt sense lactosa#**

15  
FESTA

16  
**Macarrons#** amb **salsa de tomàquet\*\***  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i olives  
**logurt sense lactosa#**

17  
**Llenties (SENSE GLUTEN)\*\*** amb oli  
Gall dindi a la planxa  
Amanida d'enciam  
**logurt sense lactosa#**

18  
Arròs saltejat amb xampinyons  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam  
**Fruita\*\***

19  
Crema de **porro\*\*** i patata  
(sense llet)  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Patates fregides casolanes  
**logurt sense lactosa#**

22  
Arròs amb **salsa de tomàquet\*\***  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam  
**logurt sense lactosa#**

23  
**ÒPAT DE SANT JORDI**  
Pasta# bullida  
**Carn magra arrebossada#**  
Amanida d'enciam  
**logurt sense lactosa#**

24  
Bròquil amb patata  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i olives  
**Fruita\*\***

25  
**Llenties (SENSE GLUTEN)\*\*** amb oli  
Pollastre al forn  
Patates cub  
**logurt sense lactosa#**

26  
**Tallarines a la carbonara#**  
(sense bacon)  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam  
**Fruita\*\***

29  
Arròs bullit  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam  
**Fruita\*\***

30  
**Pèsols\*\*** amb patata  
**Calamars a l'andalusa\*** casolans  
Amanida d'enciam  
**logurt sense lactosa#**

S'utilitza pasta de blat de moro i arròs. Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. són sense gluten  
**\*Plat o producte sense gluten, lactosa ni traces.**  
**#Producte especial sense gluten ni lactosa.**  
Postres làctics Kaiku sense lactosa.

**\*\*Aliments limitats: (només un cop al dia i controlant quantitats)**  
**FRUITA:** mandarina, albercoc, préssec, maduixa, taronja, plàtan, síndria, meló, plàtan o fruits secs en petites quantitats.  
**LLEGUMS:** pèsols i llenties

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres



Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1  
VACANCES DE PRIMAVERA

2  
Tortel·linis de formatge amb salsa de tomàquet  
Croquetes de pollastre  
Guarnició de pastanaga i olives  
Iogurt natural ECO sense sucre

3  
Llenties estofades amb arròs  
Trita a la francesa  
Amanida de tomàquet i orenga  
Fruita

4  
Arròs tres delícies (sense pernil)  
Peix blanc\*\* amb salsa de verdures  
Fruita

5  
Espinacs amb patata  
Daus de gall dindi adobats  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

8  
Sopa de brou amb pistons  
Peix blanc\*\* al forn  
Ceba confitada  
Fruita

9  
Crema de llegums  
Trita de patates i carbassó  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

10  
Amanida d'arròs amb cavalla  
Salmó\*\* arrebossat  
Amanida d'enciam i col llombarda  
Fruita del temps amb xocolata

11  
Mongetes blanques estofades amb hortalisses  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Iogurt natural ECO sense sucre

12  
Coliflor amb patata  
Mandonguilles de vedella amb salsa de tomàquet i ceba  
Fruita

15  
FESTA

16  
Macarrons a la napolitana  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i olives  
Iogurt natural ECO sense sucre

17  
Bledes amb patata  
Llenties estofades amb hortalisses  
Fruita

18  
Arròs saltejat amb xampinyons  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

19  
Crema de porro i patata  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Patates fregides casolanes  
Fruita

22  
Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

23  
**ÒPAT DE SANT JORDI**  
Sopa de lletres  
Formatge edam arrebossat  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Crema catalana

24  
Bròquil amb patata  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

25  
Cigrons amb oli  
Pollastre a l'allada  
Patates cub  
Fruita

26  
Tallarines a la carbonara (sense bacon)  
Peix blanc\*\* al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

29  
Arròs integral amb verdures  
Pollastre rostit  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

30  
Pèsols amb patata  
Calamars a l'andalusa casolans  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
Iogurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1  
VACANCES DE PRIMAVERA

2  
Tortel·linis de formatge amb salsa de tomàquet  
Croquetes de mill  
Guarnició de pastanaga i olives  
logurt natural ECO sense sucre

3  
Llenties estofades amb arròs  
Truita a la francesa  
Amanida de tomàquet i orenga  
Fruita

4  
Arròs tres delícies (sense pernil)  
Peix blanc\*\* amb salsa de verdures  
Fruita

5  
Espinacs amb patata  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

8  
Sopa de brou amb pistons (brou vegetal)  
Peix blanc\*\* al forn  
Ceba confitada  
Fruita

9  
Crema de llegums  
Truita de patates i carbassó  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

10  
Amanida d'arròs amb cavalla  
Salmó\*\* arrebossat  
Amanida d'enciam i col llombarda  
Fruita del temps amb xocolata

11  
Mongetes blanques estofades amb hortalisses  
Rotllets de primavera  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
logurt natural ECO sense sucre

12  
Coliflor amb patata  
Rap\*\* amb salsa de tomàquet i ceba  
Fruita

15  
FESTA

16  
Macarrons a la napolitana  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i olives  
logurt natural ECO sense sucre

17  
Bledes amb patata  
Llenties estofades amb hortalisses  
Fruita

18  
Arròs saltejat amb xampinyons  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

19  
Crema de porro i patata  
Truita a les fines herbes  
Patates fregides casolanes  
Fruita

22  
Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

23  
**ÒPAT DE SANT JORDI**  
Sopa de lletres (brou vegetal)  
Formatge edam arrebossat  
Amanida d'enciam i pipès de gira-sol  
Crema catalana

24  
Bròquil amb patata  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

25  
Cigrons amb oli  
Rotllets de primavera  
Patates cub  
Fruita

26  
Tallarines a la carbonara (sense bacon)  
Peix blanc\*\* al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

29  
Arròs integral amb verdures  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

30  
Pèsols amb patata  
Calamars a l'andalusa casolans  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluc, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1

VACANCES DE PRIMAVERA

2

Espirals amb **salsa de tomàquet\*\***  
**Croquetes de pollastre\***  
Guarnició de **pastanaga\*\*** i olives  
logurt natural ECO sense sucre

3

**Lenties estofades amb hortalisses\*\***  
i arròs  
Trita a la francesa  
Amanida de **tomàquet\*\*** i orenga  
**Fruita\*\***

4

**Arròs tres delícies\*\***  
**(amb pernil\*)**  
Peix blanc\*\* amb **salsa de verdures\*\***  
**Fruita\*\***

5

Espinacs amb patata  
Daus de gall dindi adobats  
Amanida d'enciam i germinats  
**Fruita\*\***

8

Sopa de brots amb pistons  
Peix blanc\*\* al forn  
Ceba confitada  
**Fruita\*\***

9

**Crema de llegums\*\***  
**Trita de patates i carbassó\*\***  
Amanida d'enciam  
**Fruita\*\***

10

**Amanida d'arròs amb cavalla\*\***  
Salmó\*\* **arrebossat\***  
Amanida d'enciam i col llombarda  
**Fruita\*\*** amb xocolata

11

**Mongetes blanques estofades amb hortalisses\*\***  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
logurt natural ECO sense sucre

12

Coliflor amb patata  
**Mandonguilles\*** de vedella amb **salsa de tomàquet\*\*** i ceba  
**Fruita\*\***

15  
FESTA

16

Macarrons a la **napolitana\*\***  
Trita de pernil  
Amanida d'enciam i olives  
logurt natural ECO sense sucre

17

Bledes amb patata  
**Lenties estofades amb hortalisses\*\***  
**Fruita\*\***

18

Arròs saltejat amb xampinyons  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i remolatxa  
**Fruita\*\***

19

Crema de porro i patata  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Patates fregides casolanes  
**Fruita\*\***

22

Arròs integral amb **salsa de tomàquet\*\***  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam i **pastanaga\*\***  
**Fruita\*\***

23

**ÒPAT DE SANT JORDI**  
**Sopa de lletres**  
**Librets de pernil i formatge\***  
Amanida d'enciam  
**Crema catalana\***

24

Bròquil amb patata  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i olives  
**Fruita\*\***

25

Cigrons amb oli  
Pollastre a l'allada  
Patates cub  
**Fruita\*\***

26

Tallarines a la **carbonara\***  
Peix blanc\*\* al forn amb **llimona\*\***  
Amanida d'enciam  
**Fruita\*\***

29

Arròs integral amb **verdures\*\***  
Pollastre **rostit\*\***  
Amanida d'enciam  
**Fruita\*\***

30

Pèsols amb patata  
**Calamars a l'andalusa\*** casolans  
Amanida d'enciam  
**Fruita\*\***

**\*Plat o producte sense fruits secs ni traces**  
**#Producte especial sense fruits secs**  
**\*\*Fruites i verdures SENSE pell**

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1

VACANCES DE PRIMAVERA

2

Tortel·linis de formatge amb salsa de tomàquet  
Croquetes de pollastre  
Guarnició de pastanaga i olives  
Iogurt natural ECO sense sucre

3

Llenties estofades amb arròs  
Trita a la francesa  
Amanida de tomàquet i orenga  
Fruita

4

Arròs tres delícies  
Peix blanc\*\* amb salsa de verdures  
Fruita

5

Espinacs amb patata  
Daus de gall dindi adobats  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

8

Sopa de brot amb pistons  
Peix blanc\*\* al forn  
Ceba confitada  
Fruita

9

**Crema de llegums\***  
Trita de patates i carbassó  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

10

Amanida d'arròs amb cavalla  
Salmó\*\* arrebossat  
Amanida d'enciam i col llombarda  
Fruita del temps amb xocolata

11

Patates estofades amb hortalisses  
(sense mongeta tendra)  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Iogurt natural ECO sense sucre

12

Coliflor amb patata  
Mandonguilles de vedella amb salsa de tomàquet i ceba  
Fruita

15  
FESTA

16

Macarrons a la napolitana  
Trita de pernil  
Amanida d'enciam i olives  
Iogurt natural ECO sense sucre

17

Bledes amb patata  
Llenties estofades amb hortalisses  
Fruita

18

Arròs saltejat amb xampinyons  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

19

Crema de porro i patata  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Patates fregides casolanes  
Fruita

22

Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

23



24

Bròquil amb patata  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

25

Cigrons amb oli  
Pollastre a l'allada  
Patates cub  
Fruita

26

Tallarines a la carbonara  
Peix blanc\*\* al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

29

Arròs integral amb verdures  
(sense mongeta tendra)  
Pollastre rostit  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

30

Pèsols amb patata  
Calamars a l'andalusa casolans  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

**\*Plat o producte sense mongeta blanca**

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
Iogurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1  
VACANCES DE PRIMAVERA

2  
Espirals amb salsa de tomàquet  
**Croquetes de pollastre\***  
Guarnició de pastanaga i olives  
logurt natural ECO sense sucre

3  
Llenties estofades amb arròs  
Trita a la francesa  
Amanida de tomàquet i orenga  
Fruita

4  
Arròs tres delícies  
Peix blanc\*\* amb salsa de verdures  
Fruita

5  
Espinacs amb patata  
Daus de gall dindi adobats  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

8  
Sopa de brou amb pistons  
Peix blanc\*\* al forn  
Ceba confitada  
Fruita

9  
Crema de llegums  
Trita de patates i carbassó  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

10  
Amanida d'arròs amb cavalla  
Salmó\* **arrebossat\***  
Amanida d'enciam i col llombarda  
Fruita del temps amb xocolata

11  
Mongetes blanques estofades amb  
hortalisses  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
logurt natural ECO sense sucre

12  
Coliflor amb patata  
**Mandonguilles\*** de vedella amb salsa de  
tomàquet i ceba  
Fruita

15  
FESTA

16  
Macarrons a la napolitana  
Trita de pernil  
Amanida d'enciam i olives  
logurt natural ECO sense sucre

17  
Bledes amb patata  
Llenties estofades amb hortalisses  
Fruita

18  
Arròs saltejat amb xampinyons  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

19  
Crema de porro i patata  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Patates fregides casolanes  
Fruita

22  
Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

23  
**ÒPAT DE SANT JORDI**  
Sopa de lletres  
Llibrets de pernil i formatge\*  
Amanida d'enciam  
Crema catalana\*

24  
Bròquil amb patata  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

25  
Cigrons amb oli  
Pollastre a l'allada  
Patates cub  
Fruita

26  
Tallarines a la **carbonara\***  
Peix blanc\*\* al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

29  
Arròs integral amb verdures  
Pollastre rostit  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

30  
Pèsols amb patata  
**Calamars a l'andalusa\*** casolans  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

\*Plat o producte sense fruits secs ni traces  
#Producte especial sense fruits secs

\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org





## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1  
VACANCES DE PRIMAVERA

2  
Tortel·linis de formatge amb salsa de tomàquet  
Croquetes de pollastre  
Guarnició de pastanaga i olives  
logurt natural ECO sense sucre

3  
Llenties estofades amb arròs  
Trita a la francesa  
Amanida de tomàquet i orenga  
Fruita

4  
Arròs tres delícies  
Peix blanc\*\* amb salsa de verdures  
Fruita

5  
Espinacs amb patata  
Daus de gall dindi adobats  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

8  
Sopa de brou amb pistons  
Peix blanc\*\* al forn  
Ceba confitada  
Fruita

9  
Crema de llegums  
Trita de patates i carbassó  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

10  
Amanida d'arròs amb cavalla  
Salmó\*\* arrebossat  
Amanida d'enciam i col llombarda  
Fruita del temps amb xocolata

11  
Mongetes blanques estofades amb hortalisses  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
logurt natural ECO sense sucre

12  
Coliflor amb patata  
Mandonguilles de vedella amb salsa de tomàquet i ceba  
Fruita

15  
FESTA

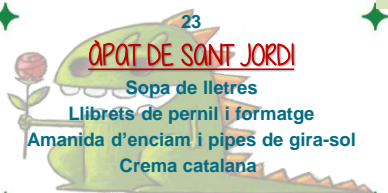
16  
Macarrons a la napolitana  
Trita de pernil  
Amanida d'enciam i olives  
logurt natural ECO sense sucre

17  
Bledes amb patata  
Llenties estofades amb hortalisses  
Fruita

18  
Arròs saltejat amb xampinyons  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

19  
Crema de porro i patata  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Patates fregides casolanes  
Fruita

22  
Arròs amb salsa de tomàquet  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita



24  
Bròquil amb patata  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

25  
Cigrons amb oli  
Pollastre a l'allada  
Patates cub  
Fruita

26  
Tallarines a la carbonara  
Peix blanc\*\* al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

29  
Arròs amb verduretets  
Pollastre rostit  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

30  
Pèsols amb patata  
Calamars a l'andalusa casolans  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1  
VACANCES DE PRIMAVERA

2  
Espirals amb salsa de tomàquet  
**Croquetes de mill#**  
Guarnició de pastanaga i olives  
**logurt sense lactosa#**

3  
Llenties estofades amb arròs  
Trita a la francesa  
Amanida de tomàquet i orenga  
Fruita

4  
Arròs tres delícies  
**(amb pernil\*)**  
Peix blanc\*\* amb salsa de verdures  
Fruita

5  
Espinacs amb patata  
Daus de gall dindi adobats  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

8  
Sopa de brot amb pistons  
Peix blanc\*\* al forn  
Ceba confitada  
Fruita

9  
Crema de llegums  
Trita de patates i carbassó  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

10  
Amanida d'arròs amb cavalla  
Salmó\*\* **arrebossat\***  
Amanida d'enciam i col llombarda  
Fruita del temps amb xocolata

11  
Mongetes blanques estofades amb hortalisses  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida d'enciam i **formatge fresc#**  
**logurt sense lactosa#**

12  
Coliflor amb patata  
**Mandonguilles\*** de vedella amb salsa de tomàquet i ceba  
Fruita

15  
FESTA

16  
Macarrons a la napolitana  
Trita de **pernil\***  
Amanida d'enciam i olives  
**logurt sense lactosa#**

17  
Bledes amb patata  
Llenties estofades amb hortalisses  
Fruita

18  
Arròs saltejat amb xampinyons  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

19  
Crema de porro i patata (sense llet)  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Patates fregides casolanes  
Fruita

22  
Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

23  
**ÒPAT DE SANT JORDI**  
Sopa de lletres  
Carn magra **arrebossada\***  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
**logurt de soja amb xocolata#**

24  
Bròquil amb patata  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

25  
Cigrons amb oli  
Pollastre a l'allada  
Patates cub  
Fruita

26  
Tallarines a la **carbonara#**  
**(amb bacon\*)**  
Peix blanc\*\* al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

29  
Arròs integral amb verdures  
Pollastre rostit  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

30  
Pèsols amb patata  
**Calamars a l'andalusa casolans\***  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

**\*Plat o producte sense lactosa ni traces.**  
**#Producte especial sense lactosa**  
Postres làctics Kaiku sense lactosa.

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres



Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1  
VACANCES DE PRIMAVERA

2  
**Espirals#** amb salsa de tomàquet  
**Croquetes de mill#**  
Guarnició de pastanaga i olives  
logurt natural ECO sense sucre

3  
Llenties estofades amb arròs  
Llom a la planxa  
Amanida de tomàquet i orenga  
Fruita

4  
Arròs tres delícies  
(sense truita)  
Peix blanc\*\* amb salsa de verdures  
Fruita

5  
Espinacs amb patata  
Daus de gall dindi adobats  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

8  
Sopa de brou amb **pasta#**  
Peix blanc\*\* al forn  
Ceba confitada  
Fruita

9  
Crema de llegums  
**Pannini de xampinyons\***  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

10  
Amanida d'arròs amb cavalla  
Salmó\*\* **arrebossat#**  
Amanida d'enciam i col llombarda  
Fruita del temps amb xocolata

11  
Mongetes blanques estofades amb  
hortalisses  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida d'enciam i **formatge fresc\***  
logurt natural ECO sense sucre

12  
Coliflor amb patata  
**Mandonguilles\*** de vedella amb salsa de  
tomàquet i ceba  
Fruita

15  
FESTA

16  
**Macarrons#** a la napolitana  
Llom a la planxa  
Amanida d'enciam i olives  
logurt natural ECO sense sucre

17  
Bledes amb patata  
Llenties estofades amb hortalisses  
Fruita

18  
Arròs saltejat amb xampinyons  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

19  
Crema de porro i patata  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Patates fregides casolanes  
Fruita

22  
Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

23  
**ÒPAT DE SANT JORDI**  
Sopa de lletres#  
Carn magra **arrebossada#**  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
logurt de soja amb xocolata#

24  
Bròquil amb patata  
Gall dindi a la planxa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

25  
Cigrons amb oli  
Pollastre a l'allada  
Patates cub  
Fruita

26  
**Tallarines#** a la carbonara  
(amb **formatge i bacon\***)  
Peix blanc\*\* al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

29  
Arròs integral amb verdures  
Pollastre rostit  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

30  
Pèsols amb patata  
**Calamars a l'andalusa casolans#**  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

S'utilitza pasta de blat de moro i arròs.  
Totes les farines que es fan servir per  
arrebossats, salses, etc. són sense  
gluten

\*Plat o producte sense ou ni traces.  
#Producte especial sense ou.

\*\*Les elaboracions dels  
plats amb peix blanc i blau,  
poden sotmetre's a canvis  
segons l'oferta de peix de  
mercat.

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire,  
entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó,  
Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1  
VACANCES DE PRIMAVERA

2  
**Espirals#** amb salsa de tomàquet  
**Croquetes de mill#**  
Guarnició de pastanaga i olives  
logurt natural ECO sense sucre

3  
**Lenties\*** estofades amb arròs  
Trita a la francesa  
Amanida de tomàquet i orenga  
Fruita

4  
Arròs tres delícies  
**(amb pernil\*)**  
Peix blanc\*\* amb salsa de verdures  
Fruita

5  
Espinacs amb patata  
Daus de gall dindi adobats  
Amanida d'enciam i germinats  
Fruita

8  
Sopa de brot amb **pasta#**  
Peix blanc\*\* al forn  
Ceba confitada  
Fruita

9  
**Crema de llegums\***  
Trita de patates i carbassó  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

10  
Amanida d'arròs amb cavalla  
Salmó\*\* **arrebossat#**  
Amanida d'enciam i col llombarda  
Fruita del temps amb xocolata

11  
Mongetes blanques estofades amb  
hortalisses  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
logurt natural ECO sense sucre

12  
Coliflor amb patata  
**Mandonguilles\*** de vedella amb salsa de  
tomàquet i ceba  
Fruita

15  
FESTA

16  
**Macarrons#** a la napolitana  
Trita de **pernil\***  
Amanida d'enciam i olives  
logurt natural ECO sense sucre

17  
Bledes amb patata  
**Lenties\*** estofades amb hortalisses  
Fruita

18  
Arròs saltejat amb xampinyons  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

19  
Crema de porro i patata  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Patates fregides casolanes  
Fruita

22  
Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

23  
**ÒPAT DE SANT JORDI**  
Sopa de **lletres#**  
**Carn magra arrebossada#**  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
**Crema catalana\***

24  
Bròquil amb patata  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

25  
Cigrons amb oli  
Pollastre a l'allada  
Patates cub  
Fruita

26  
**Tallarines#** a la carbonara  
**(amb bacon\*)**  
Peix blanc\*\* al forn amb llimona  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

29  
Arròs integral amb verdures  
Pollastre rostit  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

30  
Pèsols amb patata  
**Calamars a l'andalusa casolans#**  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

S'ofereix pa integral cada dia. Ús  
exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i  
amanir.

**\*Plat o producte sense gluten, ni  
traces.**  
**# Producte especial sense gluten.**

**\*\*Les elaboracions dels plats  
amb peix blanc i blau, poden  
sotmetre's a canvis segons  
l'oferta de peix de mercat.**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire,  
entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó,  
Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org

