

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

*Plat o producte sense peix, marisc ni traces.

#Producte especial sense peix ni marisc.

1
FESTA

2

Crema de porro
Macarrons integrals amb bolonyesa de lleties i formatge ratllat
Fruita

3

Mongeta tendra amb patata
Truita de formatge
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
logurt natural ECO sense sucre

6

Espaguetis integrals al pesto
Pollastre al forn amb llimona
Patates fregides
Fruita

7

Mongetes blanques estofades amb hortalisses
Daus de gall dindi amb salsa de pinya
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

8

Crema de pastanaga
Paella de carn
Fruita

9

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita de patates
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

10

Espinacs amb patata
Canelons de carn# gratinats
Fruita

13

Mongeta tendra amb patata
Gall dindi al curri
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

14

Puré de verdures
Tiretes de pollastre arrebossades
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

15

Amanida italiana de pasta
Truita de pernil
Bròquil a la romana
Fruita amb xocolata

16

Pèsols amb patata
Pollastre rostit
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

17

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i cogombre
logurt natural ECO sense sucre

20
FESTA

Lleties estofades amb xoriç
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita

22

Verdura tricolor
Pollastre al forn amb taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

23

Arròs tres delícies
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

24

J. GASTRO. D'EUCA
Hamburguesa completa
Patates fregides amb mica de quètxup
Crema de xocolata

27

Arròs amb salsa de verdures
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i blat de moro
logurt natural ECO sense sucre

28

Crema de carbassó
Fideus a la cassola amb pollastre
Fruita

29

Trinxat de col amb patata
Pit de gall dindi arrebossat
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

30

Mongetes blanques estofades amb hortalisses
Truita de patates
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

31

Coliflor amb patata gratinat
Pit de pollastre a la planxa
Amanida d'enciam
Fruita

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

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

1
FESTA

2

Crema de porro
Macarrons integrals amb bolonyesa de lleties i formatge ratllat
Fruita

3

Mongeta tendra amb patata
Gall dindi a la planxa
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
logurt natural ECO sense sucre

6

Espaguetis integrals al pesto
Pollastre al forn amb llimona
Patates fregides
Fruita

7

Mongetes blanques estofades amb hortalisses
Daus de gall dindi amb salsa de pinya
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

8

Crema de pastanaga
Paella de peix
Fruita

9

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Pannini de verdures
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

10

Espinacs amb patata
Canelons de carn gratinats
Fruita

13

Mongeta tendra amb patata
Gall dindi al curri
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

14

Purè de verdures
Tiretes de peix blanc** arrebossades
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

15

Amanida italiana de pasta
Llom a la planxa
Bròquil a la romana
Fruita amb xocolata

16

Pèsols amb patata
Pollastre rostit
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

17

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i cogombre
logurt natural ECO sense sucre

20

FESTA

21

Lleties estofades amb xoriç
Gall de Sant Pere** al forn
Amanida d'enciam i olives
Fruita

22

Verdura tricolor
Pollastre al forn amb taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

23

Arròs tres delícies (sense ou)
Peix blau** al forn amb salsa de tomàquet
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

24

J. GASTRO. D'EUCA
Hamburguesa completa
Patates fregides amb mica de quètxup
Crema de xocolata

27

Arròs amb salsa de verdures
Peix blanc** al forn amb llimona
Amanida d'enciam i blat de moro
logurt natural ECO sense sucre

28

Crema de carbassó
Fideus a la cassola amb pollastre
Fruita

29

Trinxat de col amb patata
Pit de gall dindi arrebossat
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

30

Mongetes blanques estofades amb hortalisses
Timbal de patates amb hortalisses
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

31

Coliflor amb patata gratinat
Peix blanc** a la marinera
Fruita

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

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.

6

Espaguetis# amb alfàbrega (amb formatge#)

Pollastre al forn amb llimona
Patates fregides

Fruita**

13

Mongeta tendra** amb patata

Gall dindi al curri (sense llet)
Amanida d'enciam

logurt sense lactosa#

20

FESTA

27

Arròs amb **salsa de tomàquet****

Peix blanc** al forn amb llimona
Amanida d'enciam

logurt sense lactosa#

DIMARTS

****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

7

Llenties (SENSE GLUTEN)** amb oli

Gall dindi a la planxa
Amanida d'enciam i **formatge fresc#**

logurt sense lactosa#

14

Patates amb oli
Tiretes de peix blanc** **arrebossades***

Amanida d'enciam

Fruita**

21

Llenties (SENSE GLUTEN)** amb oli

Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives

logurt sense lactosa#

28

Pasta# bullida
Pit de pollastre a la planxa
Amanida d'enciam

Fruita**

DIMECRES

1

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

8

Arròs bullit
Peix blanc** al forn
Amanida d'enciam

Fruita**

15

Amanida italiana de **pasta#** (amb **formatge#** i **tomàquet****)

Truita de **pernil***
Bròquil a la **romana***

logurt sense lactosa#

22

Patates amb oli
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i col llombarda

Fruita**

29

Trinxat de **col**** amb patata
Pit de gall dindi **arrebossat***
Amanida d'enciam

logurt sense lactosa#

DIJOUS

2

Pasta# bullida
Gall dindi a la planxa
Amanida d'enciam

Fruita**

9

Pèsols** saltejats amb all i pebre vermell
Truita de patates
Amanida d'enciam i olives

logurt sense lactosa#

16

Pèsols** amb patata
Pollastre al forn
Amanida d'enciam

logurt sense lactosa#

23

Arròs bullit
Peix blau** al forn amb **salsa de tomàquet****

Amanida d'enciam
logurt sense lactosa#

30

Pèsols** saltejats amb all
Truita de patates
Amanida d'enciam

logurt sense lactosa#

DIVENDRES

3

Mongeta tendra** amb patata
Truita de **formatge#**
Amanida d'enciam
logurt sense lactosa#

10

Espinacs amb patata
Macarrons# amb **salsa de tomàquet**** casolana i **vedella***

logurt sense lactosa#

17

Arròs amb **salsa de tomàquet****
Peix fresc de mercat

Amanida d'enciam i cogombre

logurt sense lactosa#

24

J. GASTRO. D'EUCA

Mongeta tendra** amb patata
Hamburguesa de vedella* a la planxa
Patates fregides (sense quètxup)

logurt sense lactosa#

31

Coliflor amb patata **gratinat#** (beixamel sense lactosa i amb maicensa#)

Peix blanc** amb **salsa de tomàquet****
logurt sense lactosa#

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

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

1
FESTA

2

Crema de porro
Macarrons integrals amb bolonyesa de lleties i formatge ratllat
Fruita

3

Mongeta tendra amb patata
Truita de formatge
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
logurt natural ECO sense sucre

6

Espaguetis integrals al pesto
Pollastre al forn amb llimona
Patates fregides
Fruita

7

Mongetes blanques estofades amb hortalisses
Daus de gall dindi amb salsa de pinya
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

8

Crema de pastanaga
Paella de peix
Fruita

9

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita de patates
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

10

Espinacs amb patata
Canelons de peix gratinats
Fruita

13

Mongeta tendra amb patata
Gall dindi al curri
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

14

Puré de verdures
Tiretes de peix blanc** arrebossades
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

15

Amanida italiana de pasta
Truita a la francesa
Bròquil a la romana
Fruita amb xocolata

16

Pèsols amb patata
Pollastre rostit
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

17

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i cogombre
logurt natural ECO sense sucre

20
FESTA

21

Lleties estofades amb hortalisses
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita

22

Verdura tricolor
Pollastre al forn amb taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

23

Arròs tres delícies (sense pernil)
Peix blau** al forn amb salsa de tomàquet
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

24

J. GASTRO. D'EUCA
Hamburguesa de vedella completa
Patates fregides amb mica de quètxup
Crema de xocolata

27

Arròs amb salsa de verdures
Peix blanc** al forn amb llimona
Amanida d'enciam i blat de moro
logurt natural ECO sense sucre

28

Crema de carbassó
Fideus a la cassola amb pollastre
Fruita

29

Trinxat de col amb patata (sense bacon)
Pit de gall dindi arrebossat
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

30

Mongetes blanques estofades amb hortalisses
Truita de patates
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

31

Coliflor amb patata gratinat
Peix blanc** a la marinera
Fruita

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

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

1
FESTA

2

Crema de porro
Macarrons integrals amb bolonyesa de lleties i formatge ratllat
Fruita

3

Mongeta tendra amb patata
Truita de formatge
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
logurt natural ECO sense sucre

6

Espaguetis integrals al pesto
Rap** al forn
Patates fregides
Fruita

7

Mongetes blanques estofades amb hortalisses
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

8

Crema de pastanaga
Paella de peix
Fruita

9

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita de patates
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

10

Espinacs amb patata
Canelons de peix gratinats
Fruita

13

Mongeta tendra amb patata
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

14

Puré de verdures
Tiretes de peix blanc** arrebossades
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

15

Amanida italiana de pasta
Truita a la francesa
Bròquil a la romana
Fruita amb xocolata

16

Pèsols amb patata
Pannini de cavalla
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

17

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i cogombre
logurt natural ECO sense sucre

20
FESTA

21

Lleties estofades amb hortalisses
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita

22

Verdura tricolor
Calamars a la romana
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

23

Arròs tres delícies (sense pernil)
Peix blau** al forn amb salsa de tomàquet
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

24

J. GASTRO. D'EUCA
Hamburguesa vegetal completa
Patates fregides amb mica de quètxup
Crema de xocolata

27

Arròs amb salsa de verdures
Peix blanc** al forn amb llimona
Amanida d'enciam i blat de moro
logurt natural ECO sense sucre

28

Crema de carbassó
Fideus a la cassola amb sípia
Fruita

29

Trinxat de col amb patata (sense bacon)
Croquetes de mill
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

30

Mongetes blanques estofades amb hortalisses
Truita de patates
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

31

Coliflor amb patata gratinat
Peix blanc** a la marinera
Fruita

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

***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.**

1
FESTA

2

Crema de porro**
Macarrons integrals amb **bolonyesa de llenties**** i formatge ratllat
Fruita**

3

Mongeta tendra amb patata
Trita de formatge
Amanida d'enciam
logurt natural ECO sense sucre

6

Espaguetis integrals al **pesto***
Pollastre al forn amb **llimona****
Patates fregides
Fruita**

7

Mongetes blanques estofades amb hortalisses**
Daus de gall dindi amb **salsa de pinya****
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita**

8

Crema de pastanaga**
Paella de peix**
Fruita**

9

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Trita de patates**
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

10

Espinacs amb patata
Canelons de carn* gratinats
Fruita**

13

Mongeta tendra amb patata
Gall dindi al **curri***
Amanida d'enciam i **tomàquet****
Fruita**

14

Puré de verdures**
Tiretes de peix blanc** **arrebossades***
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita**

15

Amanida italiana de pasta**
Trita de pernil
Bròquil a la **romana***
Fruita** amb **xocolata***

16

Pèsols amb patata
Pollastre rostit**
Amanida d'enciam
Fruita**

17

Arròs integral amb **salsa de tomàquet****
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i **cogombre****
logurt natural ECO sense sucre

20

FESTA

21

Llenties estofades** amb xoriç*
Trita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita**

22

Verdura tricolor**
Pollastre al forn amb **taronja****
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita**

23

Arròs tres delícies**
(amb pernil*)
Peix blau** al forn amb **salsa de tomàquet****
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita**

24

J. GASTRO. D'EUCA
Hamburguesa* completa
(amb **pa#** i **tomàquet****)
Patates fregides amb mica de quètxup
Crema de xocolata*

27

Arròs amb **salsa de verdures****
Peix blanc** al forn amb **llimona****
Amanida d'enciam
logurt natural ECO sense sucre

28

Crema de carbassó**
Fideus a la cassola amb pollastre**
Fruita**

29

Trinxat de col amb patata
(amb bacon*)
Pit de gall dindi **arrebossat***
Amanida d'enciam i germinats
Fruita**

30

Mongetes blanques estofades amb hortalisses**
Trita de patates**
Amanida d'enciam
Fruita**

31

Coliflor amb patata gratinat
Peix blanc a la marinera****
Fruita**

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

*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.

1
FESTA

2

Crema de porro
Macarrons integrals amb bolonyesa de lleties i formatge ratllat
Fruita

3

Pastanaga amb patata
Truita de formatge
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Iogurt natural ECO sense sucre

6

Espaguetis integrals al pesto
Pollastre al forn amb llimona
Patates fregides
Fruita

7

Patates estofades amb hortalisses (sense mongeta tendra)
Daus de gall dindi amb salsa de pinya
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

8

Crema de pastanaga
Paella de peix (sense mongeta tendra)
Fruita

9

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita de patates
Amanida d'enciam i olives
Iogurt natural ECO sense sucre

10

Espinacs amb patata
Canelons de carn* gratinats
Fruita

13

Pastanaga amb patata
Gall dindi al curri
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

14

Purè de verdures (sense mongeta tendra)
Tiretes de peix blanc** arrebossades
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

15

Amanida italiana de pasta
Truita de pernil
Bròquil a la romana
Fruita amb xocolata

16

Pèsols amb patata
Pollastre rostit
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

17

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i cogombre
Iogurt natural ECO sense sucre

20
FESTA

Lleties estofades amb xoriç
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita

22

Verdura tricolor
Pollastre al forn amb taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

23

Arròs tres delícies
Peix blau** al forn amb salsa de tomàquet
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

24

J. GASTRO. D'EUCA
Hamburguesa completa
Patates fregides amb mica de quètxup
Crema de xocolata

27

Arròs amb salsa de verdures (sense mongeta tendra)
Peix blanc** al forn amb llimona
Amanida d'enciam i blat de moro
Iogurt natural ECO sense sucre

28

Crema de carbassó
Fideus a la cassola amb pollastre (sense mongeta tendra)
Fruita

29

Trinxat de col amb patata
Pit de gall dindi arrebossat
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

30

Pèsols estofats amb hortalisses (sense mongeta tendra)
Truita de patates
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

31

Coliflor amb patata gratinat
Peix blanc** a la marinera
Fruita

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

*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.

1
FESTA

2

Crema de porro
Macarrons integrals amb **bolonyesa de llenties*** i formatge ratllat
Fruita

3

Mongeta tendra amb patata
Trita de formatge
Amanida d'enciam
logurt natural ECO sense sucre

6

Espaguets integrals al **pesto***
Pollastre al forn amb llimona
Patates fregides
Fruita

7

Mongetes blanques estofades amb hortalisses
Daus de gall dindi amb salsa de pinya
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

8

Crema de pastanaga
Paella de peix
Fruita

9

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

10

Espinacs amb patata
Canelons de carn* gratinats
Fruita

13

Mongeta tendra amb patata
Gall dindi al curri
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

14

Puré de verdures
Tiretes de peix blanc** **arrebossades***
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

15

Amanida italiana de pasta
Trita de pernil
Bròquil a la romana*
Fruita amb **xocolata***

16

Pèsols amb patata
Pollastre rostit
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

17

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i cogombre
logurt natural ECO sense sucre

20

FESTA

21

Llenties estofades amb **xoriç***
Trita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita

22

Verdura tricolor
Pollastre al forn amb taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

23

Arròs tres delícies
Peix blau** al forn amb salsa de tomàquet
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

24

J. GASTRO. D'EUCA
Hamburguesa* completa
(amb pa#)
Patates fregides amb mica de quètxup
Crema de xocolata*

27

Arròs amb salsa de verdures
Peix blanc** al forn amb llimona
Amanida d'enciam i blat de moro
logurt natural ECO sense sucre

28

Crema de carbassó
Fideus a la cassola amb pollastre
Fruita

29

Trinxat de col amb patata
Pit de gall dindi **arrebossat***
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

30

Mongetes blanques estofades amb hortalisses
Trita de patates
Amanida d'enciam
Fruita

31

Coliflor amb patata **gratinat***
Peix blanc** amb salsa de tomàquet
Fruita

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

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

1
FESTA

2

Crema de porro
Macarrons amb bolonyesa de llenties i formatge ratllat
Fruita

3

Mongeta tendra amb patata
Truita de formatge
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
logurt natural ECO sense sucre

6

Espaguetis al pesto
Pollastre al forn amb llimona
Patates fregides
Fruita

7

Mongetes blanques estofades amb hortalisses
Daus de gall dindi amb salsa de pinya
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

8

Crema de pastanaga
Paella de peix
Fruita

9

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita de patates
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

10

Espinacs amb patata
Canelons de carn gratinats
Fruita

13

Mongeta tendra amb patata
Gall dindi al curri
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

14

Purè de verdures
Tiretes de peix blanc** arrebossades
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

15

Amanida italiana de pasta
Truita de pernil
Bròquil a la romana
Fruita amb xocolata

16

Pèsols amb patata
Pollastre rostit
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

17

Arròs amb salsa de tomàquet
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i cogombre
logurt natural ECO sense sucre

20
FESTA

21

Llenties estofades amb xoriç
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita

22

Verdura tricolor
Pollastre al forn amb taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

23

Arròs tres delícies
Peix blau** al forn amb salsa de tomàquet
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

24

J. GASTRO. D'EUQ
Hamburguesa completa
Patates fregides amb mica de quètxup
Crema de xocolata

27

Arròs amb salsa de verdures
Peix blanc** al forn amb llimona
Amanida d'enciam i blat de moro
logurt natural ECO sense sucre

28

Crema de carbassó
Fideus a la cassola amb pollastre
Fruita

29

Trinxat de col amb patata
Pit de gall dindi arrebossat
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

30

Mongetes blanques estofades amb hortalisses
Truita de patates
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

31

Coliflor amb patata gratinat
Peix blanc** a la marinera
Fruita

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

*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.

1
FESTA

2
Crema de porro (sense llet)
Macarrons integrals amb **bolonyesa de lleties*** i **formatge ratllat#**
Fruita

3
Mongeta tendra amb patata
Truita de **formatge#**
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
logurt sense lactosa#

6
Espaguetis integrals al pesto (**amb formatge#**)
Pollastre al forn amb llimona
Patates fregides
Fruita

7
Mongetes blanques estofades amb hortalisses
Daus de gall dindi amb salsa de pinya
Amanida d'enciam i **formatge fresc#**
Fruita

8
Crema de pastanaga
Paella de peix
Fruita

9
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita de patates
Amanida d'enciam i olives
logurt sense lactosa#

10
Espinacs amb patata
Canelons de carn gratinats#
Fruita

13
Mongeta tendra amb patata
Gall dindi al curri (sense llet)
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

14
Purè de verdures
Tiretes de peix blanc** **arrebossades***
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

15
Amanida italiana de pasta (**amb formatge#**)
Truita de **pernil***
Bròquil a la **romana***
Fruita amb xocolata

16
Pèsols amb patata
Pollastre rostit
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

17
Arròs integral amb salsa de tomàquet
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i cogombre
logurt sense lactosa#

20
FESTA

21
Lleties estofades amb **xorig***
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita

22
Verdura tricolor
Pollastre al forn amb taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

23
Arròs tres delícies (**amb pernil***)
Peix blau** al forn amb salsa de tomàquet
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

24
J. GASTRO. D'EUCA
Hamburguesa* completa (**amb pa i formatge#**)
Patates fregides amb mica de quètxup
Crema de soja amb xocolata#

27
Arròs amb salsa de verdures
Peix blanc** al forn amb llimona
Amanida d'enciam i blat de moro
logurt sense lactosa#

28
Crema de carbassó (sense llet)
Fideus a la cassola amb pollastre
Fruita

29
Trinxat de col amb patata (**amb bacon***)
Pit de gall dindi **arrebossat***
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

30
Mongetes blanques estofades amb hortalisses
Truita de patates
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

31
Coliflor amb patata **gratinat#**
Peix blanc** amb salsa de tomàquet
Fruita

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

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

6

Espaguetis# al pesto
(amb formatge*)
Pollastre al forn amb llimona
Patates fregides
Fruita

13

Mongeta tendra amb patata
Gall dindi al curri
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

20
FESTA

27
Arròs amb salsa de verdures
Peix blanc** al forn amb llimona
Amanida d'enciam i blat de moro
logurt natural ECO sense sucre

DIMARTS

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

7

Mongetes blanques estofades amb hortalisses
Daus de gall dindi amb salsa de pinya
Amanida d'enciam i **formatge fresc***
Fruita

14

Purè de verdures
Tiretes de peix blanc** **arrebossades#**
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

21

Llenties estofades amb **xoriç***
Gall de Sant Pere** al forn
Amanida d'enciam i olives
Fruita

28

Crema de carbassó
Fideus# a la cassola amb pollastre
Fruita

DIMECRES

1

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

8

Crema de pastanaga
Paella de peix
Fruita

15

Amanida italiana de **pasta#**
(amb formatge*)
Llom a la planxa
Bròquil a la **romana#**
Fruita amb xocolata

22

Verdura tricolor
Pollastre al forn amb taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

29

Trinxat de col amb patata
(amb **bacon***)
Pit de gall dindi **arrebossat#**
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

DIJOUS

2

Crema de porro
Macarrons# amb bolonyesa de llenties i **formatge ratllat***
Fruita

9

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Pannini de verdures*
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

16

Pèsols amb patata
Pollastre rostit
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

23

Arròs tres delícies (sense ou)
Peix blau** al forn amb salsa de tomàquet
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

30

Mongetes blanques estofades amb hortalisses
Timbal de patates amb hortalisses
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

DIVENDRES

3

Mongeta tendra amb patata
Gall dindi a la planxa
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
logurt natural ECO sense sucre

10

Espinacs amb patata
Macarrons# a la **bolonyesa de carn amb formatge ratllat***
Fruita

17

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i cogombre
logurt natural ECO sense sucre

24

J. GASTRO. D'EUCA
Hamburguesa* completa (amb **pa#** i **formatge***)
Patates fregides amb mica de quètxup
Crema de soja amb xocolata#

31

Coliflor amb patata **gratinat***
Peix blanc** amb salsa de tomàquet
Fruita

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

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

6

Espaguetis# al pesto
Pollastre al forn amb llimona
Patates fregides
Fruita

13

Mongeta tendra amb patata
Gall dindi al curri
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

20
FESTA

27
Arròs amb salsa de verdures
Peix blanc** al forn amb llimona
Amanida d'enciam i blat de moro
logurt natural ECO sense sucre

DIMARTS

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

7

Mongetes blanques estofades amb hortalisses
Daus de gall dindi amb salsa de pinya
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

14

Purè de verdures
Tiretes de peix blanc** **arrebossades#**
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

21

Lenties* estofades amb **xoriç***
Trita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita

28

Crema de carbassó
Fideus# a la cassola amb pollastre
Fruita

DIMECRES

1

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

8

Crema de pastanaga
Paella de peix
Fruita

15

Amanida italiana de **pasta#**
Trita de **pernil***
Bròquil a la **romana#**
Fruita amb xocolata

22

Verdura tricolor
Pollastre al forn amb taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

29

Trinxat de col amb patata
(amb **bacon***)
Pit de gall dindi **arrebossat#**
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

DIJOUS

2

Crema de porro
Macarrons amb bolonyesa de soja sense gluten# i formatge ratllat
Fruita

9

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

16

Pèsols amb patata
Pollastre rostit
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

23

Arròs tres delícies
(amb **pernil***)
Peix blau** al forn amb salsa de tomàquet
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

30

Mongetes blanques estofades amb hortalisses
Trita de patates
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

DIVENDRES

3

Mongeta tendra amb patata
Trita de formatge
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
logurt natural ECO sense sucre

10

Espinacs amb patata
Canelons de carn# gratinats
Fruita

17

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i cogombre
logurt natural ECO sense sucre

24

J. GASTRO. D'EUCA
Hamburguesa* completa
(amb **pa#**)
Patates fregides amb mica de quètxup
Crema de xocolata*

31

Coliflor amb patata gratinat
(amb **maicena#**)
Peix blanc** amb salsa de tomàquet
Fruita

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
FESTA

2

Crema de porro
Macarrons integrals amb bolonyesa de
lenties i formatge ratllat
Fruita

3

Mongeta tendra amb patata
Truita de formatge
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
logurt natural ECO sense sucre

6

Espaguetis integrals al pesto
Hamburguesa casolana de llegums
Patates fregides
Fruita

7

Mongetes blanques estofades amb
hortalisses
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

8

Crema de pastanaga
Paella de verdures amb llegum
Fruita

9

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita de patates
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

10

Espinacs amb patata
Canelons vegetals gratinats
Fruita

13

Mongeta tendra amb patata
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

14

Purè de verdures
Croquetes de mill
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

15

Amanida italiana de pasta
Truita a la francesa
Bròquil a la romana
Fruita amb xocolata

16

Pèsols amb patata
Pannini de verdures
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

17

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Hamburguesa vegetal
Amanida d'enciam i cogombre
logurt natural ECO sense sucre

20
FESTA

21

Lenties estofades amb hortalisses
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Fruita

22

Verdura tricolor
Croquetes de mill
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

23

Arròs tres delícies
(sense pernil)
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

24

J. GASTRO. D'EUCA
Hamburguesa vegetal completa
Patates fregides amb mica de quètxup
Crema de xocolata

27

Arròs amb salsa de verdures
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i blat de moro
logurt natural ECO sense sucre

28

Crema de carbassó
Fideus a la cassola amb verduretes i
llegums
Fruita

29

Trinxat de col amb patata
(sense bacon)
Croquetes de mill
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

30

Mongetes blanques estofades amb
hortalisses
Truita de patates
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

31

Coliflor amb patata gratinat
Mandonguilles vegetals amb salsa de
tomàquet
Fruita

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, Seitò 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

