

Menú ovolactovegetarià Escola Benviure (Castellbisbal) - Abril

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

DIA FESTIU

Arròs amb salsa de tomàquet
Truita a la francesa
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt natural ECO s/sucre

Coliflor amb patata
Seità arrebossat
Amanida d'enciam i poma
Fruita de temporada

Tallarines al pesto d'alfàbrega
Hamburguesa vegetal a la planxa
Patates fregides casolanes
Fruita de temporada

Crema de pèsols
Canelons d'espinacs gratinats
Fruita de temporada

Arròs tres delícies sense carn
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

Minestra de verdures
Macarrons a la bolonyesa de llenties
amb formatge ratllat*
Fruita de temporada

Puré de verdures
Daus de seitàn adobats
Patata al caliu
Fruita de temporada

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita de temporada

Sopa amb brou vegetal i fideus
Seità rostit
amb Amanida de tomàquet i cogombre
Fruita de temporada

Puré de verdures
Lasanya de llenties
Fruita de temporada

Bròquil amb patata
Salsitxes vegetals a la planxa
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

Cigrons estofats amb verdures
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

Sopa de lletres vegetal
Nuggets de bròquil i formatge
Patates xips
Crema catalana

Arròs amb salsa de tomàquet
Hamburguesa vegetal a la planxa
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

Mongeta tendra amb patata
Truita de formatge
Tomàquet amanit amb orenga
Fruita de temporada

Mongetes blanques a l'hortelana
Seità al forn
amb Amanida d'enciam i germinats
Fruita de temporada

Bledes amb patata saltejades amballet
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada amb formatge ratllat
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i curri
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

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

DADES DE CONTACTE

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



Menú s/arròs Escola Benviure (Castellbisbal) - Abril

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

DIA FESTIU

Macarrons amb salsa de tomàquet
Truita de pernil cuït
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt natural ECO s/sucre

Coliflor amb patata
Gall dindi empanat a les fines herbes
Amanida d'enciam i poma
Fruita de temporada

Tallarines al pesto d'alfàbrega
Peix fresc de Mercat
Patates fregides casolanes
Fruita de temporada

Crema de pèsols
Canelons gratinats amb beixamel
Fruita de temporada

Patata bullida amb oli d'oliva
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

Minestra de verdures
Macarrons a la bolonyesa de llenties
amb formatge ratllat*
Fruita de temporada

Puré de verdures
Daus d'au adobats
Patata al caliu
Fruita de temporada

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita de temporada

Sopa amb brou de peix i fideus
Pollastre rostit
amb Amanida de tomàquet i cogombre
Fruita de temporada

Puré de verdures
Lasanya de llenties
Fruita de temporada

Bròquil amb patata
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

Cigrons estofats amb verdures
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

Sopa amb brou d'au i lletres
Llibrets de porc farcits de pernil cuït i
formatge
Patates xips
Crema catalana

Espirals amb salsa de tomàquet
Bacallà a la llimona
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

Mongeta tendra amb patata
Truita de formatge
Tomàquet amanit amb orenga
Fruita de temporada

Mongetes blanques a l'hortelana
Pollastre a l'allada
amb Amanida d'enciam i germinats
Fruita de temporada

Bledes amb patata saltejades amb allet
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada amb formatge ratllat
Fruita de temporada

Pasta amb verdures
Salmó arrebossat
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

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

DADES DE CONTACTE

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



Menú s/carn Escola Benviure (Castellbisbal) - Abril

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

DIA FESTIU

Arròs amb salsa de tomàquet
Truita a la francesa
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt natural ECO s/sucre

Coliflor amb patata
Seitò arrebossat
Amanida d'enciam i poma
Fruita de temporada

Tallarines al pesto d'alfàbrega
Peix fresc de Mercat
Patates fregides casolanes
Fruita de temporada

Crema de pèsols
Canelons de bacallà gratinats
Fruita de temporada

Arròs tres delícies sense carn
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

Minestra de verdures
Macarrons a la bolonyesa de lleties
amb formatge ratllat*
Fruita de temporada

Puré de verdures
Llom de bacallà a la planxa
Patata al caliu
Fruita de temporada

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita de temporada

Sopa amb brou de peix i fideus
Hamburguesa vegetal a la planxa
amb Amanida de tomàquet i cogombre
Fruita de temporada

Puré de verdures
Lasanya de lleties
Fruita de temporada

Bròquil amb patata
Salsitxes vegetals a la planxa
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

Cigrons estofats amb verdures
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

Sopa de lletres vegetal
Nuggets de bròquil i formatge
Patates xips
Crema catalana

Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà a la llimona
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

Mongeta tendra amb patata
Truita de formatge
Tomàquet amanit amb orenga
Fruita de temporada

Mongetes blanques a l'hortelana
Filet de lluç al forn
amb Amanida d'enciam i germinats
Fruita de temporada

Bledes amb patata saltejades amb allet
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada amb formatge ratllat
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i curri
Salmó arrebossat
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

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

DADES DE CONTACTE

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



Menú s/formatge Escola Benviure (Castellbisbal) - Abril

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

DIA FESTIU

Arròs amb salsa de tomàquet
Truita de pernil cuït
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt natural ECO s/sucre

Coliflor amb patata
Gall dindi empanat a les fines herbes
Amanida d'enciam i poma
Fruita de temporada

Tallarines al pesto d'alfàbrega sense formatge
Peix fresc de Mercat
Patates fregides casolanes
Fruita de temporada

Crema de pèsols
(F) Canelons amb beixamel s/formatge
Fruita de temporada

Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou, pèsol i pastanaga)
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

Minestra de verdures
Macarrons a la bolonyesa de lleties
Fruita de temporada

Puré de verdures
Daus d'au adobats
Patata al caliu
Fruita de temporada

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita de temporada

Sopa amb brou de peix i fideus
Pollastre rostit
amb Amanida de tomàquet i cogombre
Fruita de temporada

Puré de verdures
Macarrons a la bolonyesa de lleties
Fruita de temporada

Bròquil amb patata
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

Cigrons estofats amb verdures
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

Sopa amb brou d'au i lletres
Llom de porc arrebossat
Patates xips
Crema catalana

Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà a la llimona
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

Mongeta tendra amb patata
Truita a la francesa
Tomàquet amanit amb orenga
Fruita de temporada

Mongetes blanques a l'hortelana
Pollastre a l'allada
amb Amanida d'enciam i germinats
Fruita de temporada

Bledes amb patata saltejades amballet
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada (s/formatge)
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i curri
Salmó arrebossat
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplai@fundesplai.org



Menú s/fruita seca Escola Benviure (Castellbisbal) - Abril

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

DIA FESTIU

Arròs amb salsa de tomàquet
Truita de pernil cuït
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt natural ECO s/sucre

Coliflor amb patata
Gall dindi empanat a les fines herbes
Amanida d'enciam i poma
Fruita de temporada

Tallarines al pesto d'alfàbrega
Peix fresc de Mercat
Patates fregides casolanes
Fruita de temporada

Crema de pèsols
Canelons gratinats amb beixamel
Fruita de temporada

Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou, pèsol i pastanaga)
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

Minestra de verdures
Macarrons a la bolonyesa de lleties amb formatge ratllat*
Fruita de temporada

Puré de verdures
Daus d'au adobats
Patata al caliu
Fruita de temporada

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita de temporada

Sopa amb brou de peix i fideus
Pollastre rostit
amb Amanida de tomàquet i cogombre
Fruita de temporada

Puré de verdures
Lasanya de lleties
Fruita de temporada

Bròquil amb patata
Pollastre al forn
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

Cigrons estofats amb verdures
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

Sopa amb brou d'au i lletres
Llibrets de porc farcits de pernil cuït i formatge
Patates xips
Crema catalana

Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà a la llimona
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

Mongeta tendra amb patata
Truita de formatge
Tomàquet amanit amb orenga
Fruita de temporada

Mongetes blanques a l'hortelana
Pollastre a l'allada
amb Amanida d'enciam i germinats
Fruita de temporada

Bledes amb patata saltejades amb allet
Macarrons a la bolonyesa de carn magra
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i curri
Salmó arrebossat
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

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

DADES DE CONTACTE

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



Menú s/gluten Escola Benviure (Castellbisbal) - Abril

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

DIA FESTIU

Arròs amb salsa de tomàquet
Truita de pernil cuït
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt natural ECO s/sucre

Coliflor amb patata
Gall dindi empanat a les fines herbes (s/g)
Amanida d'enciam i poma
Fruita de temporada

Espaguetis al pesto d'alfàbrega (s/g i s/o)
Peix fresc de Mercat
Patates fregides casolanes
Fruita de temporada

Crema de pèsols
Macarrons a la bolonyesa amb formatge
ratllat (s/g)
Fruita de temporada

Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou,
pèsol i pastanaga)
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

Minestra de verdures
Macarrons a la bolonyesa de lleties (s/g i
s/ou)
amb formatge ratllat*
Fruita de temporada

Puré de verdures
Daus d'au adobats
Patata al caliu
Fruita de temporada

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita de temporada

Sopa amb brou de peix i fideus s/g ni ou
Pollastre rostit
amb Amanida de tomàquet i cogombre
Fruita de temporada

Puré de verdures
Lleties amb sofregit casolà de tomàquet
Fruita de temporada

Bròquil amb patata
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

Cigrons estofats amb verdures
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

Sopa amb brou d'au i fideus (s/g ni ou)
Llom de porc arrebossat (s/g i s/ou)
Patates xips
Crema catalana

Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà a la llimona
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

Mongeta tendra amb patata
Truita de formatge
Tomàquet amanit amb orenga
Fruita de temporada

Mongetes blanques a l'hortelana
Pollastre a l'allada
amb Amanida d'enciam i germinats
Fruita de temporada

Bledes amb patata saltejades amb allet
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada amb formatge (s/g i s/o)
Fruita de temporada

Arròs amb verdures
Salmó arrebossat sense gluten
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

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

DADES DE CONTACTE

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



Menú s/lactosa Escola Benviure (Castellbisbal) - Abril

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

DIA FESTIU

Arròs amb salsa de tomàquet
Truita de pernil cuït
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt natural sense sucre s/lactosa

Coliflor amb patata
Gall dindi empanat a les fines herbes
Amanida d'enciam i poma
Fruita de temporada

Tallarines al pesto d'alfàbrega s/lact
Peix fresc de Mercat
Patates fregides casolanes
Fruita de temporada

Crema de pèsols
Macarrons a la bolonyesa amb formatge
ratllat s/lactosa
Fruita de temporada

Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou,
pèsol i pastanaga)
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural sense sucre s/lactosa

Minestra de verdures
Macarrons a la bolonyesa de lleties
amb formatge ratllat s/lactosa*
Fruita de temporada

Puré de verdures
Daus d'au adobats
Patata al caliu
Fruita de temporada

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita de temporada

Sopa amb brou de peix i fideus
Pollastre rostit
amb Amanida de tomàquet i cogombre
Fruita de temporada

Puré de verdures
Lleties amb sofregit casolà de tomàquet
Fruita de temporada

Bròquil amb patata
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

Cigrons estofats amb verdures
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

Sopa amb brou d'au i lletres
Llom de porc arrebossat
Patates xips
Crema de xocolata de soja s/gluten

Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà a la llimona
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

Mongeta tendra amb patata
Truita de formatge s/lactosa
Tomàquet amanit amb orenga
Fruita de temporada

Mongetes blanques a l'hortelana
Pollastre a l'allada
amb Amanida d'enciam i germinats
Fruita de temporada

Bledes amb patata saltejades amb allet
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada amb formatge ratllat s/lactosa
(s/gluten i s/ou)
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i curri
Salmó arrebossat
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural sense sucre s/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



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

DADES DE CONTACTE

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



Menú s/mongetes blanques Escola Benviure (Castellbisbal) - Abril

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

DIA FESTIU

Arròs amb salsa de tomàquet
Truita de pernil cuït
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt natural ECO s/sucre

Coliflor amb patata
Gall dindi empanat a les fines herbes
Amanida d'enciam i poma
Fruita de temporada

Tallarines al pesto d'alfàbrega
Peix fresc de Mercat
Patates fregides casolanes
Fruita de temporada

Crema de pèsols
Canelons gratinats amb beixamel
Fruita de temporada

Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou,
pèsol i pastanaga)
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

Minestra de verdures
Macarrons a la bolonyesa de lleties
amb formatge ratllat*
Fruita de temporada

Puré de verdures
Daus d'au adobats
Patata al caliu
Fruita de temporada

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita de temporada

Sopa amb brou de peix i fideus
Pollastre rostit
amb Amanida de tomàquet i cogombre
Fruita de temporada

Puré de verdures
Lasanya de lleties
Fruita de temporada

Bròquil amb patata
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

Cigrons estofats amb verdures
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

Sopa amb brou d'au i lletres
Llibrets de porc farcits de pernil cuït i
formatge
Patates xips
Crema catalana

Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà a la llimona
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

Mongeta tendra amb patata
Truita de formatge
Tomàquet amanit amb orenga
Fruita de temporada

Patates a l'hortelana
Pollastre a l'allada
amb Amanida d'enciam i germinats
Fruita de temporada

Bledes amb patata saltejades amb allet
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada amb formatge ratllat
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i curri
Salmó arrebossat
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

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

DADES DE CONTACTE

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



Menú s/mongetes pintes Escola Benviure (Castellbisbal) - Abril

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

DIA FESTIU

Arròs amb salsa de tomàquet
Truita de pernil cuït
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt natural ECO s/sucre

Coliflor amb patata
Gall dindi empanat a les fines herbes
Amanida d'enciam i poma
Fruita de temporada

Tallarines al pesto d'alfàbrega
Peix fresc de Mercat
Patates fregides casolanes
Fruita de temporada

Crema de pèsols
Canelons gratinats amb beixamel
Fruita de temporada

Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou,
pèsol i pastanaga)
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

Minestra de verdures
Macarrons a la bolonyesa de lleties
amb formatge ratllat*
Fruita de temporada

Puré de verdures
Daus d'au adobats
Patata al caliu
Fruita de temporada

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita de temporada

Sopa amb brou de peix i fideus
Pollastre rostit
amb Amanida de tomàquet i cogombre
Fruita de temporada

Puré de verdures
Lasanya de lleties
Fruita de temporada

Bròquil amb patata
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

Cigrons estofats amb verdures
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

Sopa amb brou d'au i lletres
Llibrets de porc farcits de pernil cuït i
formatge
Patates xips
Crema catalana

Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà a la llimona
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

Mongeta tendra amb patata
Truita de formatge
Tomàquet amanit amb orenga
Fruita de temporada

Mongetes blanques a l'hortelana
Pollastre a l'allada
amb Amanida d'enciam i germinats
Fruita de temporada

Bledes amb patata saltejades amb allet
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada amb formatge ratllat
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i curri
Salmó arrebossat
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

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

DADES DE CONTACTE

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



Menú s/ou Escola Benviure (Castellbisbal) - Abril

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

		1	2	3 DIA FESTIU
6 DIA FESTIU	7 Arròs amb salsa de tomàquet Filet de lluç a la planxa Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	8 Coliflor amb patata Gall dindi empanat a les fines herbes (s/ou) Amanida d'enciam i poma Fruita de temporada	9 Espaguetis al pesto d'alfàbrega (s/g i s/o) Peix fresc de Mercat Patates fregides casolanes Fruita de temporada	10 Crema de pèsols Macarrons a la bolonyesa amb formatge ratllat (s/g) Fruita de temporada
13 Arròs tres delícies s/ou (amb pernil dolç, pèsol i pastanaga) Filet de lluç a la planxa Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural ECO s/sucre	14 Minestra de verdures Macarrons a la bolonyesa de lleties (s/g i s/ou) amb formatge ratllat* Fruita de temporada	15 Puré de verdures Daus d'au adobats Patata al caliu Fruita de temporada	16 Cigrons saltejats amb all i pebre vermell Llom de bacallà a la planxa Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	17 Sopa amb brou de peix i fideus s/g ni ou Pollastre rostit amb Amanida de tomàquet i cogombre Fruita de temporada
20 Puré de verdures Macarrons a la bolonyesa de lleties (s/g i s/ou) Fruita de temporada	21 Bròquil amb patata Pollastre al forn Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	22 Cigrons estofats amb verdures Filet de lluç a la planxa Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	23 Sopa de Lletres (s/g i s/o) Llom de porc arrebossat (s/g i s/ou) Patates xips Crema de xocolata de soja s/gluten	24 Arròs amb salsa de tomàquet Bacallà a la llimona Amanida d'enciam i cogombre Fruita de temporada
27 Mongeta tendra amb patata Filet de gall dindi a la planxa/forn Tomàquet amanit amb orenga Fruita de temporada	28 Mongetes blanques a l'hortelana Pollastre a l'allada amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada	29 Bledes amb patata saltejades amb allet Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge (s/g i s/o) Fruita de temporada	30 Arròs amb verdures i curri Salmó al forn Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural ECO s/sucre	

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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/ou ni fruits secs escola Benviure (Castellbisbal) - Abril

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

DIA FESTIU

Arròs amb salsa de tomàquet
Filet de lluç a la planxa
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt natural ECO s/sucre

Coliflor amb patata
Gall dindi empanat a les fines herbes (s/ou)
Amanida d'enciam i poma
Fruita de temporada

Espaguetis al pesto d'alfàbrega (s/g i s/o)
Peix fresc de Mercat
Patates fregides casolanes
Fruita de temporada

Crema de pèsols
Macarrons a la bolonyesa amb formatge
ratllat (s/g)
Fruita de temporada

Arròs tres delícies s/ou (amb pernil dolç,
pèsol i pastanaga)
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

Minestra de verdures
Macarrons a la bolonyesa de lleties (s/g i
s/ou)
amb formatge ratllat*
Fruita de temporada

Puré de verdures
Daus d'au adobats
Patata al caliu
Fruita de temporada

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Llom de bacallà a la planxa
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita de temporada

Sopa amb brou de peix i fideus s/g ni ou
Pollastre rostit
amb Amanida de tomàquet i cogombre
Fruita de temporada

Puré de verdures
Macarrons a la bolonyesa de lleties (s/g i
s/ou)
Fruita de temporada

Bròquil amb patata
Pollastre al forn
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

Cigrons estofats amb verdures
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

Sopa de Lletres (s/g i s/o)
Llom de porc arrebossat (s/g i s/ou)
Patates xips
Crema de xocolata de soja s/gluten

Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà a la llimona
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

Mongeta tendra amb patata
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Tomàquet amanit amb orenga
Fruita de temporada

Mongetes blanques a l'hortelana
Pollastre a l'allada
amb Amanida d'enciam i germinats
Fruita de temporada

Bledes amb patata saltejades amb allet
Macarrons amb salsa de tomàquet i verat
(s/o)
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i curri
Salmó al forn
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/ou, s/taronja, s/mandarina, s/meló Escola Benviure (Castellbisbal) - Abril

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

DIA FESTIU

Arròs tres delícies s/ou (amb pernil dolç, pèsol i pastanaga)
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

Puré de verdures
Macarrons a la bolonyesa de lleties (s/g i s/ou)
Fruita de temporada

Mongeta tendra amb patata
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Tomàquet amanit amb orenga
Fruita de temporada

Arròs amb salsa de tomàquet
Filet de lluç a la planxa
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt natural ECO s/sucre

Minestra de verdures
Macarrons a la bolonyesa de lleties (s/g i s/ou)
amb formatge ratllat*
Fruita de temporada

Bròquil amb patata
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

Mongetes blanques a l'hortelana
Pollastre a l'allada
amb Amanida d'enciam i germinats
Fruita de temporada

Coliflor amb patata
Gall dindi empanat a les fines herbes (s/ou)
Amanida d'enciam i poma
Fruita de temporada

Puré de verdures
Daus d'au adobats
Patata al caliu
Fruita de temporada

Cigrons estofats amb verdures
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

Bledes amb patata saltejades amb allet
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada amb formatge (s/g i s/o)
Fruita de temporada

Espaguetis al pesto d'alfàbrega (s/g i s/o)
Peix fresc de Mercat
Patates fregides casolanes
Fruita de temporada

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Llom de bacallà a la planxa
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita de temporada

Sopa de Lletres (s/g i s/o)
Llom de porc arrebossat (s/g i s/ou)
Patates xips
Crema de xocolata de soja s/gluten

Arròs amb verdures i curri
Salmó al forn
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

Crema de pèsols
Macarrons a la bolonyesa amb formatge ratllat (s/g)
Fruita de temporada

Sopa amb brou de peix i fideus s/g ni ou
Pollastre rostit
amb Amanida de tomàquet i cogombre
Fruita de temporada

Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà a la llimona
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/picant, s/espècies, s/all Escola Benviure (Castellbisbal) - Abril

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

DIA FESTIU

Arròs amb salsa de tomàquet (s/pastanaga, all ni ceba)
Truita de pernil cuit
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt natural ECO s/sucre

Coliflor amb patata
Gall dindi empanat a les fines herbes
Amanida d'enciam i poma
Fruita de temporada

Tallarines bullits amb oli d'oliva
Peix fresc de Mercat
Patates fregides casolanes
Fruita de temporada

Crema de pèsols
Canelons gratinats amb beixamel
Fruita de temporada

Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou, pèsol i pastanaga)
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

Macarrons amb salsa de tomàquet
Truita a la francesa
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

Puré de verdures
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Patata al caliu
Fruita de temporada

Cigrons bullits s/all
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita de temporada

Sopa amb brou de peix i fideus
Pollastre rostit
amb Amanida de tomàquet i cogombre
Fruita de temporada

Puré de verdures
Truita a la francesa
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

Bròquil amb patata
Pollastre al forn (s/all ni verdures)
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

Cigrons bullits s/all
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

Sopa amb brou d'au i lletres
Llibrets de porc farcits de pernil cuit i formatge
Patates xips
Crema catalana

Arròs amb salsa de tomàquet (s/pastanaga, all ni ceba)
Bacallà a la llimona
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

Mongeta tendra amb patata
Truita de formatge
Tomàquet amanit amb orenga
Fruita de temporada

Mongetes blanques bullides amb oli d'oliva
Pollastre al forn (s/all ni verdures)
amb Amanida d'enciam i germinats
Fruita de temporada

Macarrons amb salsa de tomàquet
Truita a la francesa
Enciams variats amanits
Fruita de temporada

Arròs amb verdures s/curri ni pebre vermell
Salmó arrebossat
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

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

DADES DE CONTACTE

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



Menú s/PLV s/kiwi Escola Benviure (Castellbisbal) - Abril

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

DIA FESTIU

Arròs amb salsa de tomàquet
Truita de pernil cuït
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt de soja

Coliflor amb patata
Gall dindi empanat a les fines herbes
Amanida d'enciam i poma
Fruita de temporada

Tallarines al pesto d'alfàbrega s/plv
Peix fresc de Mercat
Patates fregides casolanes
Fruita de temporada

Crema de pèsols
Macarrons a la bolonyesa
Fruita de temporada

Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou,
pèsol i pastanaga)
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt de soja

Minestra de verdures
Macarrons a la bolonyesa de llenties
Fruita de temporada

Puré de verdures
Daus d'au adobats
Patata al caliu
Fruita de temporada

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita de temporada

Sopa amb brou de peix i fideus
Pollastre rostit
amb Amanida de tomàquet i cogombre
Fruita de temporada

Puré de verdures
Llenties amb sofregit casolà de tomàquet
Fruita de temporada

Bròquil amb patata
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

Cigrons estofats amb verdures
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

Sopa amb brou d'au i lletres
Llom de porc arrebossat
Patates xips
Crema de xocolata de soja s/gluten

Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà a la llimona
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

Mongeta tendra amb patata
Truita a la francesa
Tomàquet amanit amb orenga
Fruita de temporada

Mongetes blanques a l'hortelana
Pollastre a l'allada
amb Amanida d'enciam i germinats
Fruita de temporada

Bledes amb patata saltejades amb allet
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada amb formatge ratllat vegà
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i curri
Salmó arrebossat
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt de soja

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

DADES DE CONTACTE

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



Menú s/porc Escola Benviure (Castellbisbal) - Abril

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

DIA FESTIU

Arròs amb salsa de tomàquet
Truita a la francesa
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt natural ECO s/sucre

Coliflor amb patata
Gall dindi empanat a les fines herbes
Amanida d'enciam i poma
Fruita de temporada

Tallarines al pesto d'alfàbrega
Peix fresc de Mercat
Patates fregides casolanes
Fruita de temporada

Crema de pèsols
Canelons de bacallà gratinats
Fruita de temporada

Arròs tres delícies sense carn
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

Minestra de verdures
Macarrons a la bolonyesa de lleties
amb formatge ratllat*
Fruita de temporada

Puré de verdures
Daus d'au adobats
Patata al caliu
Fruita de temporada

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita de temporada

Sopa amb brou de peix i fideus
Pollastre rostit
amb Amanida de tomàquet i cogombre
Fruita de temporada

Puré de verdures
Lasanya de lleties
Fruita de temporada

Bròquil amb patata
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

Cigrons estofats amb verdures
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

Sopa amb brou d'au i lletres
Nuggets de bròquil i formatge
Patates xips
Crema catalana

Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà a la llimona
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

Mongeta tendra amb patata
Truita de formatge
Tomàquet amanit amb orenga
Fruita de temporada

Mongetes blanques a l'hortelana
Pollastre a l'allada
amb Amanida d'enciam i germinats
Fruita de temporada

Bledes amb patata saltejades amb allet
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada amb formatge ratllat
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i curri
Salmó arrebossat
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

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

DADES DE CONTACTE

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



Menú s/productes integrals Escola Benviure (Castellbisbal) - Abril

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

		1	2	3
				DIA FESTIU
DIA FESTIU 6	Arròs amb salsa de tomàquet Truita de pernil cuït Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre 7	Coliflor amb patata Gall dindi empanat a les fines herbes Amanida d'enciam i poma Fruita de temporada 8	Tallarines al pesto d'alfàbrega Peix fresc de Mercat Patates fregides casolanes Fruita de temporada 9	Crema de pèsols Canelons gratinats amb beixamel Fruita de temporada 10
Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou, pèsol i pastanaga) Filet de lluç a la planxa Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural ECO s/sucre 13	Minestra de verdures Macarrons a la bolonyesa de llenties amb formatge ratllat* Fruita de temporada 14	Puré de verdures Daus d'au adobats Patata al caliu Fruita de temporada 15	Cigrons saltejats amb all i pebre vermell Truita a la francesa Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada 16	Sopa amb brou de peix i fideus Pollastre rostit amb Amanida de tomàquet i cogombre Fruita de temporada 17
Puré de verdures Lasanya de llenties Fruita de temporada 20	Bròquil amb patata Pollastre al forn Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada 21	Cigrons estofats amb verdures Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada 22	Sopa amb brou d'au i lletres Llibrets de porc farcits de pernil cuït i formatge Patates xips Crema catalana 23	Arròs amb salsa de tomàquet Bacallà a la llimona Amanida d'enciam i cogombre Fruita de temporada 24
Mongeta tendra amb patata Truita de formatge Tomàquet amanit amb orenga Fruita de temporada 27	Mongetes blanques a l'hortelana Pollastre a l'allada amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada 28	Bledes amb patata saltejades amballet Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge ratllat Fruita de temporada 29	Arròs amb verdures i curri Salmó arrebossat Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural ECO s/sucre 30	

Dissenyat per Nerea Cano

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

DADES DE CONTACTE

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



Menú s/tomàquet cru, mongeta verda, llenties i fruites segons tolerància Escola Benviure - Abril

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

DIA FESTIU

Arròs amb salsa de tomàquet
Truita de pernil cuït
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt natural ECO s/sucre

Coliflor amb patata
Gall dindi empanat a les fines herbes
Enciams variats amanits
Fruita de temporada segons tolerància

Tallarines al pesto d'alfàbrega
Peix fresc de Mercat
Patates fregides casolanes
Fruita de temporada segons tolerància

Crema de pèsols
Canelons gratinats amb beixamel
Fruita de temporada segons tolerància

Arròs tres delícies (amb pernil dolç, ou, pèsol i pastanaga)
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre
Fruita de temporada segons tolerància

Macarrons amb salsa de tomàquet
Truita a la francesa
Enciams variats amanits
Fruita de temporada segons tolerància

Puré de verdures
Daus d'au adobats
Patata al caliu
Fruita de temporada

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i col lombarda
Fruita de temporada segons tolerància

Sopa amb brou de peix i fideus
Pollastre rostit
amb Amanida de tomàquet i cogombre
Fruita de temporada segons tolerància

Puré de verdures
Truita a la francesa
Enciams variats amanits
Fruita de temporada segons tolerància

Bròquil amb patata
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada segons tolerància

Cigrons estofats amb verdures
Truita de patata i ceba
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada segons tolerància

Sopa amb brou d'au i lletres
Llibrets de porc farcits de pernil cuït i formatge
Patates xips
Crema catalana

Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà a la llimona
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada segons tolerància

Patata bullida amb oli d'oliva
Truita de formatge
Enciams variats amanits
Fruita de temporada segons tolerància

Mongetes blanques a l'hortelana
Pollastre a l'allada
amb Amanida d'enciam i germinats
Fruita de temporada segons tolerància

Bledes amb patata saltejades amb allet
Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge ratllat
Fruita de temporada segons tolerància

Arròs amb verdures i curri
Salmó arrebossat
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

*No es pot donar NECTARINA, PRÉSSEC, MADUIXES, CIRERES NI POMA

Dissenyat per Nerea Cano

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

DADES DE CONTACTE

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



Menú s/truita Escola Benviure (Castellbisbal) - Abril

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DIA FESTIU

DIA FESTIU

Arròs amb salsa de tomàquet
Filet de lluç a la planxa
Guarnició de pastanaga i blat de moro
logurt natural ECO s/sucre

Coliflor amb patata
Gall dindi empanat a les fines herbes
Amanida d'enciam i poma
Fruita de temporada

Tallarines al pesto d'alfàbrega
Peix fresc de Mercat
Patates fregides casolanes
Fruita de temporada

Crema de pèsols
Canelons gratinats amb beixamel
Fruita de temporada

Arròs tres delícies s/ou (amb pernil dolç,
pèsol i pastanaga)
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

Minestra de verdures
Macarrons a la bolonyesa de lleties
amb formatge ratllat*
Fruita de temporada

Puré de verdures
Daus d'au adobats
Patata al caliu
Fruita de temporada

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Llom de bacallà a la planxa
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita de temporada

Sopa amb brou de peix i fideus
Pollastre rostit
amb Amanida de tomàquet i cogombre
Fruita de temporada

Puré de verdures
Lasanya de lleties
Fruita de temporada

Bròquil amb patata
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i pipes
Fruita de temporada

Cigrons estofats amb verdures
Filet de lluç a la planxa
Amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada

Sopa amb brou d'au i lletres
Llibrets de porc farcits de pernil cuit i
formatge
Patates xips
Crema catalana

Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà a la llimona
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada

Mongeta tendra amb patata
Filet de gall dindi a la planxa/forn
Tomàquet amanit amb orenga
Fruita de temporada

Mongetes blanques a l'hortelana
Pollastre a l'allada
amb Amanida d'enciam i germinats
Fruita de temporada

Bledes amb patata saltejades amb allet
Macarrons a la bolonyesa de soja
texturitzada amb formatge ratllat
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i curri
Salmó arrebossat
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO s/sucre

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

DADES DE CONTACTE

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

