

Menú ovolactovegetarià Escola Benviure (Castellbisbal) - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

	1	2	3	4
7	8	9	10	11
14	15	16	17	18
21	22	23	24	25
28	29	30		

DIA FESTIU

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: Lluc, 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) - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

	1	2	3	4
7	8	9	10	11
14	15	16	17	18
21	22	23	24	25
28	29	30		

	1	2	3	4
	Espirals a la napolitana Croquetes de pollastre Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Cigrons saltejats amb all i pebre vermell Truita a la francesa amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Colíflor amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	DIA FESTIU
(F) Macarrons integrals amb salsa de tomàquet Truita de formatge Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Sopa amb brou d'au i fideus Bacallà a la romana Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Llenties estofades amb hortalisses Peix fresc de Mercat amb Patates panadera Fruita de temporada	Crema de carbassó i patata amb Crostons de pa Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge Fruita de temporada
Espaguetis integrals amb salsa de remolatxa Salmó arrebossat Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	Cigrons a la provençal Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb alliet Llenties estofades amb hortalisses Fruita de temporada	Pasta amb verdures Carn magra amb salsa de poma (F) Batut de fruita (plàtan i llet)	Porrusalda vegetal (estofat de patata, pastanaga i porro) Truita de bacallà Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
Llenties estofades amb hortalisses Gall dindi empanat a les fines herbes amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Bròquil amb patata Pizza casolana a la bolonyesa de soja texturitzada Fruita de temporada	(F) Macarrons integrals amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats 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: Lluc, 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/carn Escola Benviure (Castellbisbal) - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

	1	2	3	4
7	8	9	10	11
	Espirals a la napolitana Croquetes de mill (s/g) Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Cigrons saltejats amb all i pebre vermell Truita a la francesa amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Colíflor amb patata Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a la planxa Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	DIA FESTIU
14	15	16	17	18
Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de formatge Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Sopa de brou vegetal amb fideus Bacallà a la romana Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Truita a la francesa Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Llenties estofades amb hortalisses Peix fresc de Mercat amb Patates panadera Fruita de temporada	Crema de carbassó i patata amb Crostons de pa Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge Fruita de temporada
21	22	23	24	25
Espaguetis integrals amb salsa de remolatxa Salmó arrebossat Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	Cigrons a la provençal Daus de tofu agredolços Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb alliet Llenties estofades amb arròs Fruita de temporada	Arròs amb verdures Hamburguesa vegetal de tofu i xampinyons Amanida d'enciam i poma (F) Batut de fruita (plàtan i llet)	Porrusalda vegetal (estofat de patata, pastanaga i porro) Truita de bacallà Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
28	29	30		
Llenties estofades amb hortalisses Formatge edam arrebossat amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Bròquil amb patata Pizza casolana a la bolonyesa de soja texturitzada Fruita de temporada	Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats 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: Lluc, 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) - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

	1	2	3	4
7	8	9	10	11
	Espirals a la napolitana Croquetes de pollastre Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Cigrons saltejats amb all i pebre vermell Truita a la francesa amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Colíflor amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa Enciams variats amanits Fruita de temporada	DIA FESTIU
14	15	16	17	18
Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita a la francesa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Sopa amb brou d'au i fideus Bacallà a la romana Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Llenties estofades amb hortalisses Peix fresc de Mercat amb Patates panadera Fruita de temporada	Crema de carbassó i patata amb Crostons de pa Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada (s/formatge) Fruita de temporada
21	22	23	24	25
Espaguetis integrals amb salsa de remolatxa Salmó arrebossat Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	Cigrons a la provençal Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb alliet Llenties estofades amb arròs Fruita de temporada	Arròs amb verdures Carn magra amb salsa de poma (F) Batut de fruita (plàtan i llet)	Porrusalda vegetal (estofat de patata, pastanaga i porro) Truita de bacallà Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
28	29	30		
Llenties estofades amb hortalisses Gall dindi empanat a les fines herbes amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Bròquil amb patata Pizza casolana a la bolonyesa de soja texturitzada sense formatge Fruita de temporada	Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats 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
esplai.escola@fundesplai.org



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

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

	1	2	3	4
7	8	9	10	11
	Espirals a la napolitana Croquetes de pollastre Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Cigrons saltejats amb all i pebre vermell Truita a la francesa amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Colíflor amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	DIA FESTIU
14	15	16	17	18
Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de formatge Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Sopa amb brou d'au i fideus Bacallà a la romana Enciams variats amanits Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Llenties estofades amb hortalisses Peix fresc de Mercat amb Patates panadera Fruita de temporada	Crema de carbassó i patata Macarrons saltats amb pollastre Fruita de temporada
21	22	23	24	25
Espaguetis integrals amb salsa de remolatxa Salmó arrebossat Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	Cigrons a la provençal Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb alliet Llenties estofades amb arròs Fruita de temporada	Arròs amb verdures Carn magra amb salsa de poma (F) Batut de fruita (plàtan i llet)	Porrusalda vegetal (estofat de patata, pastanaga i porro) Truita de bacallà Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
28	29	30		
Llenties estofades amb hortalisses Gall dindi empanat a les fines herbes amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Bròquil amb patata Pizza casolana de cavalla Fruita de temporada	Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada		

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: Lluc, 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/gluten Escola Benviure (Castellbisbal) - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

	1	2	3	4
7	8 Espirals a la napolitana (s/g) Croquetes de pollastre s/gluten Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	9 Cigrons saltejats amb all i pebre vermell Truita a la francesa amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	10 Coliflor amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	11 DIA FESTIU
14 Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de formatge Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	15 Sopa amb fideus (s/g) Bacallà a la romana (s/g i s/ou) Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	16 Mongeta tendra amb patata Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	17 Llenties estofades amb hortalisses Peix fresc de Mercat amb Patates panadera Fruita de temporada	18 Crema de carbassó i patata Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge (s/g i s/o) Fruita de temporada
21 Espaguetis amb salsa de remolatxa (s/gl ni ou) Salmó arrebossat sense gluten Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	22 Cigrons a la provençal Daus de gall dindi agredolç (amb salsa de soja s/gluten) Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	23 Bledes amb patata saltejades amb alliet Llenties estofades amb arròs Fruita de temporada	24 Arròs amb verdures Carn magra amb salsa de poma (F) Batut de fruita (plàtan i llet)	25 Porrusalda vegetal (estofat de patata, pastanaga i porro) Truita de bacallà Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
28 Llenties estofades amb hortalisses Gall dindi empanat a les fines herbes (s/g) amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	29 Bròquil amb patata Pizza casolana (s/gl ni so) amb bolonyesa de soja s/gluten Fruita de temporada	30 Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats 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: Lluc, 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/gluten, lactosa, fructosa ni sorbitol Escola Benviure (Castellbisbal) - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

	1	2	3	4
7	8 Espirals bullits amb oli d'oliva (s/g) Bacallà a la romana (s/g) Amanida d'enciam i olives logurt natural sense sucre s/lactosa	9 Arròs bullit amb oli d'oliva Trita a la francesa Enciams variats amanits Fruita de temporada segons tolerància	10 Coliflor amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa Enciams variats amanits Fruita de temporada segons tolerància	11 DIA FESTIU
14 Arròs amb salsa de tomàquet (s/pastanaga, all ni ceba) Trita a la francesa Enciams variats amanits logurt natural sense sucre s/lactosa	15 Espaguetis bullits amb oli d'oliva (s/g i s/o) Bacallà a la romana (s/g i s/ou) Enciams variats amanits Fruita de temporada segons tolerància	16 Mongeta tendra amb patata Aletes de pollastre al forn Enciams variats amanits logurt natural sense sucre s/lactosa	17 Llenties bullides amb oli d'oliva Peix fresc de Mercat amb Patates panadera logurt natural sense sucre s/lactosa	18 Macarrons amb salsa de tomàquet (s/g i s/ou) Pit de pollastre a la planxa/forn Enciams variats amanits logurt natural sense sucre s/lactosa
21 Espaguetis bullits amb oli d'oliva (s/g i s/o) Salmó arrebossat sense gluten Amanida d'enciam i cogombre logurt natural sense sucre s/lactosa	22 Patata bullida amb oli d'oliva Filet de gall dindi a la planxa/forn Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada segons tolerància	23 Llenties bullides amb oli d'oliva (s/all) Trita a la francesa Enciams variats amanits logurt natural sense sucre s/lactosa	24 Arròs bullit amb oli d'oliva Filet de carn magra de porc a la planxa Enciams variats amanits Fruita de temporada segons tolerància	25 Patata bullida amb oli d'oliva Trita de bacallà Enciams variats amanits Fruita de temporada segons tolerància
28 Llenties bullides amb oli d'oliva Gall dindi empanat a les fines herbes (s/g) Enciams variats amanits logurt natural sense sucre s/lactosa	29 Bròquil amb patata Filet de lluç a la planxa Enciams variats amanits Fruita de temporada segons tolerància	30 Arròs bullit amb oli d'oliva (s/all) Trita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada segons tolerància		

**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. VERDUR ..

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: Lluc, 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/lactosa Escola Benviure (Castellbisbal) - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

	1	2	3	4
7	8	9	10	11
14	15	16	17	18
21	22	23	24	25
28	29	30		

	1	2	3	4
	Espirals a la napolitana Croquetes de mill (s/g) Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural sense sucre s/lactosa	Cigrons saltejats amb all i pebre vermell Truita a la francesa amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Colíflor amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa Enciams variats amanits Fruita de temporada	DIA FESTIU
Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de formatge s/lactosa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Sopa amb brou d'au i fideus Bacallà a la romana Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i poma logurt natural sense sucre s/lactosa	Llenties estofades amb hortalisses Peix fresc de Mercat amb Patates panadera Fruita de temporada	Crema de carbassó i patata Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge s/lactosa Fruita de temporada
Espaguetis integrals amb salsa de remolatxa Salmó arrebossat Amanida d'enciam i cogombre logurt natural sense sucre s/lactosa	Cigrons a la provençal Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb alliet Llenties estofades amb arròs Fruita de temporada	Arròs amb verdures Carn magra amb salsa de poma Batut de fruita (s/llet)	Porrusalda vegetal (estofat de patata, pastanaga i porro) Truita de bacallà Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
Llenties estofades amb hortalisses Gall dindi empanat a les fines herbes amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Bròquil amb patata Pizza casolana a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge ratllat s/lactosa (s/g) Fruita de temporada	Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats 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: Lluc, 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/llegums (si l'enties i cigrons), s/col, s/coliflor, s/bròquil Escola Benviure (Castellbisbal) ..

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

	1	2	3	4
7	8	9	10	11
14	15	16	17	18
21	22	23	24	25
28	29	30		

DIA FESTIU

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



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

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



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

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

	1	2	3	4
7	8	9	10	11
	Espirals a la napolitana Croquetes de pollastre Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Cigrons saltejats amb all i pebre vermell Truita a la francesa amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Colíflor amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	DIA FESTIU
14	15	16	17	18
Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de formatge Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Sopa amb brou d'au i fideus Bacallà a la romana Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Llenties estofades amb hortalisses Peix fresc de Mercat amb Patates panadera Fruita de temporada	Crema de carbassó i patata amb Crostons de pa Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge Fruita de temporada
21	22	23	24	25
Espaguetis integrals amb salsa de remolatxa Salmó arrebossat Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	Cigrons a la provençal Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb alliet Llenties estofades amb arròs Fruita de temporada	Arròs amb verdures Carn magra amb salsa de poma (F) Batut de fruita (plàtan i llet)	Porrusalda vegetal (estofat de patata, pastanaga i porro) Truita de bacallà Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
28	29	30		
Llenties estofades amb hortalisses Gall dindi empanat a les fines herbes amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Bròquil amb patata Pizza casolana a la bolonyesa de soja texturitzada Fruita de temporada	Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada		

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: Lluc, 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) - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

	1	2	3	4
7	8	9	10	11
	Espirals a la napolitana Croquetes de pollastre Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Cigrons saltejats amb all i pebre vermell Truita a la francesa amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Coliflor amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	DIA FESTIU
14	15	16	17	18
Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de formatge Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Sopa amb brou d'au i fideus Bacallà a la romana Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Llenties estofades amb hortalisses Peix fresc de Mercat amb Patates panadera Fruita de temporada	Crema de carbassó i patata amb Crostons de pa Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge Fruita de temporada
21	22	23	24	25
Espaguetis integrals amb salsa de remolatxa Salmó arrebossat Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	Cigrons a la provençal Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb alliet Llenties estofades amb arròs Fruita de temporada	Arròs amb verdures Carn magra amb salsa de poma (F) Batut de fruita (plàtan i llet)	Porrusalda vegetal (estofat de patata, pastanaga i porro) Truita de bacallà Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
28	29	30		
Llenties estofades amb hortalisses Gall dindi empanat a les fines herbes amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Bròquil amb patata Pizza casolana a la bolonyesa de soja texturitzada Fruita de temporada	Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada		

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: Lluc, 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 Escola Benviure (Castellbisbal) - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

	1	2	3	4
7	8	9	10	11
14	15	16	17	18
21	22	23	24	25
28	29	30		

	Espirals a la napolitana (s/g i s/o) Croquetes de mill (s/g) Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Cigrons saltejats amb all i pebre vermell Pit de pollastre a la planxa/forn amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Colíflor amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	DIA FESTIU
Arròs integral amb salsa de tomàquet Filet de gall dindi a la planxa/forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Sopa amb fideus (s/o) Bacallà a la romana (s/g i s/ou) Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Llenties estofades amb hortalisses Peix fresc de Mercat amb Patates panadera Fruita de temporada	Crema de carbassó i patata amb Crostons de pa Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge (s/g i s/o) Fruita de temporada
Espaguetis amb salsa de remolatxa (s/gl ni ou) Salmó al forn Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	Cigrons a la provençal Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb alliet Llenties estofades amb arròs Fruita de temporada	Arròs amb verdures Carn magra amb salsa de poma (F) Batut de fruita (plàtan i llet)	Porrusalda vegetal (estofat de patata, pastanaga i porro) Bacallà al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
Llenties estofades amb hortalisses Gall dindi empanat a les fines herbes (s/ou) amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Bròquil amb patata Pizza casolana a la bolonyesa de soja texturitzada Fruita de temporada	Arròs integral amb salsa de tomàquet Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a la planxa amb Amanida d'enciam i germinats 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: Lluc, 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 ni fruits secs escola Benviure (Castellbisbal) - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

	1	2	3	4
7	8	9	10	11
14	15	16	17	18
21	22	23	24	25
28	29	30		

	Espirals a la napolitana (s/g i s/o) Croquetes de mill (s/g) Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Cigrons saltejats amb all i pebre vermell Pit de pollastre a la planxa/forn amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Colíflor amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	DIA FESTIU
Arròs integral amb salsa de tomàquet Filet de gall dindi a la planxa/forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Sopa amb fideus (s/o) Bacallà a la romana (s/g i s/ou) Enciams variats amanits Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Llenties estofades amb hortalisses Peix fresc de Mercat amb Patates panadera Fruita de temporada	Crema de carbassó i patata Macarrons saltats amb pollastre (s/g) Fruita de temporada
Espaguetis amb salsa de remolatxa (s/gl ni ou) Salmó al forn Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	Cigrons a la provençal Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb alliet Llenties estofades amb arròs Fruita de temporada	Arròs amb verdures Carn magra amb salsa de poma (F) Batut de fruita (plàtan i llet)	Porrusalda vegetal (estofat de patata, pastanaga i porro) Bacallà al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
Llenties estofades amb hortalisses Gall dindi empanat a les fines herbes (s/ou) amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Bròquil amb patata Pizza casolana de pernil i formatge Fruita de temporada	Arròs integral amb salsa de tomàquet Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a la planxa amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada		

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: Lluc, 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) - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

	1	2	3	4
7	8 Espirals a la napolitana (s/g i s/o) Croquetes de mill (s/g) Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	9 Cigrons saltejats amb all i pebre vermell Pit de pollastre a la planxa/forn amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	10 Colíflor amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	11 DIA FESTIU
14 Arròs integral amb salsa de tomàquet Filet de gall dindi a la planxa/forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	15 Sopa amb fideus (s/o) Bacallà a la romana (s/g i s/ou) Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	16 Mongeta tendra amb patata Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	17 Llenties estofades amb hortalisses Peix fresc de Mercat amb Patates panadera Fruita de temporada	18 Crema de carbassó i patata amb Crostons de pa Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge (s/g i s/o) Fruita de temporada
21 Espaguetis amb salsa de remolatxa (s/gl ni ou) Salmó al forn Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	22 Cigrons a la provençal Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	23 Bledes amb patata saltejades amb alliet Llenties estofades amb arròs Fruita de temporada	24 Arròs amb verdures Carn magra amb salsa de poma (F) Batut de fruita (plàtan i llet)	25 Porrusalda vegetal (estofat de patata, pastanaga i porro) Bacallà al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
28 Llenties estofades amb hortalisses Gall dindi empanat a les fines herbes (s/ou) amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	29 Bròquil amb patata Pizza casolana a la bolonyesa de soja texturitzada Fruita de temporada	30 Arròs integral amb salsa de tomàquet Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a la planxa amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada		

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: Lluc, 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) - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

	1	2	3	4
7	8 Espirals bullits amb oli d'oliva Croquetes de pollastre Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	9 Cigrons bullits s/all Trita a la francesa amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	10 Coliflor amb patata Bistec de vedella a la planxa/forn Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	11 DIA FESTIU
14 Arròs saltat amb ceba i carbassó Trita de formatge Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	15 Sopa amb brou d'au i fideus Bacallà a la romana Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	16 Mongeta tendra amb patata Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	17 Llenties estofades amb hortalisses s/all Peix fresc de Mercat amb Patates panadera Fruita de temporada	18 Crema de carbassó i patata amb Crostons de pa Macarrons saltats amb pollastre Fruita de temporada
21 Espaguetis integrals amb salsa de remolatxa Salmó arrebossat Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	22 Cigrons bullits s/all Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	23 Bledes amb patata Llenties estofades amb arròs s/all ni pebre vermell Fruita de temporada	24 Arròs bullit amb oli d'oliva (s/all) Filet de carn magra de porc a la planxa Amanida d'enciam i poma (F) Batut de fruita (plàtan i llet)	25 Porrusalda vegetal s/all Trita de bacallà Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
28 Llenties estofades amb hortalisses s/all Gall dindi empanat a les fines herbes amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	29 Bròquil amb patata Pizza casolana de cavalla s/g Fruita de temporada	30 Arròs saltat amb ceba i carbassó Trita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats 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: Lluc, 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/PLV s/kiwi Escola Benviure (Castellbisbal) - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

	1	2	3	4
7	8	9	10	11
	Espirals a la napolitana Croquetes de mill (s/g) Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt de soja	Cigrons saltejats amb all i pebre vermell Truita a la francesa amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Colíflor amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa Enciams variats amanits Fruita de temporada	DIA FESTIU
14	15	16	17	18
Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita a la francesa Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Sopa amb brou d'au i fideus Bacallà a la romana Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i poma logurt de soja	Llenties estofades amb hortalisses Peix fresc de Mercat amb Patates panadera Fruita de temporada	Crema de carbassó i patata Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada (s/formatge) Fruita de temporada
21	22	23	24	25
Espaguetis integrals amb salsa de remolatxa Salmó arrebossat Amanida d'enciam i cogombre logurt de soja	Cigrons a la provençal Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb alliet Llenties estofades amb arròs Fruita de temporada	Arròs amb verdures Carn magra amb salsa de poma Batut de fruita (s/llet)	Porrusalda vegetal (estofat de patata, pastanaga i porro) Truita de bacallà Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
28	29	30		
Llenties estofades amb hortalisses Gall dindi empanat a les fines herbes amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Bròquil amb patata Pizza casolana a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge vegà (s/g) Fruita de temporada	Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats 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: Lluc, 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/porc Escola Benviure (Castellbisbal) - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

	1	2	3	4
7	8	9	10	11
	Espirals a la napolitana Croquetes de pollastre Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Cigrons saltejats amb all i pebre vermell Truita a la francesa amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Colíflor amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	DIA FESTIU
14	15	16	17	18
Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de formatge Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Sopa amb brou d'au i fideus Bacallà a la romana Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Llenties estofades amb hortalisses Peix fresc de Mercat amb Patates panadera Fruita de temporada	Crema de carbassó i patata amb Crostons de pa Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge Fruita de temporada
21	22	23	24	25
Espaguetis integrals amb salsa de remolatxa Salmó arrebossat Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	Cigrons a la provençal Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb alliet Llenties estofades amb arròs Fruita de temporada	Arròs amb verdures Hamburguesa vegetal de tofu i xampinyons Amanida d'enciam i poma (F) Batut de fruita (plàtan i llet)	Porrusalda vegetal (estofat de patata, pastanaga i porro) Truita de bacallà Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
28	29	30		
Llenties estofades amb hortalisses Gall dindi empanat a les fines herbes amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Bròquil amb patata Pizza casolana a la bolonyesa de soja texturitzada Fruita de temporada	Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats 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, 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/productes integrals Escola Benviure (Castellbisbal) - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

	1	2	3	4
7	8	9	10	11
	Espirals a la napolitana Croquetes de pollastre Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Cigrons saltejats amb all i pebre vermell Truita a la francesa amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Colíflor amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	DIA FESTIU
14	15	16	17	18
Arròs amb salsa de tomàquet Truita de formatge Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Sopa amb brou d'au i fideus Bacallà a la romana Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Llenties estofades amb hortalisses Peix fresc de Mercat amb Patates panadera Fruita de temporada	Crema de carbassó i patata amb Crostons de pa Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge Fruita de temporada
21	22	23	24	25
Espirals amb salsa de remolatxa Salmó arrebossat Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	Cigrons a la provençal Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb alliet Llenties estofades amb arròs Fruita de temporada	Arròs amb verdures Carn magra amb salsa de poma (F) Batut de fruita (plàtan i llet)	Porrusalda vegetal (estofat de patata, pastanaga i porro) Truita de bacallà Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
28	29	30		
Llenties estofades amb hortalisses Gall dindi empanat a les fines herbes amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Bròquil amb patata Pizza casolana a la bolonyesa de soja texturitzada Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada		

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

..

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

	1	2	3	4
7	8	9	10	11
14	15	16	17	18
21	22	23	24	25
28	29	30		

	1	2	3	4
	Espirals a la napolitana Croquetes de pollastre Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Cigrons saltejats amb all i pebre vermell Truita a la francesa amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada segons tolerància	Colíflor amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada segons tolerància	DIA FESTIU
Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de formatge Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada segons tolerància	Sopa amb brou d'au i fideus Bacallà a la romana Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada segons tolerància	Pastanaga amb patata Aletes de pollastre al forn Enciams variats amanits logurt natural ECO s/sucre	Arròs bullit amb oli d'oliva Peix fresc de Mercat amb Patates panadera Fruita de temporada segons tolerància	Crema de carbassó i patata amb Crostons de pa Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge Fruita de temporada segons tolerància
Espaguetis integrals amb salsa de remolatxa Salmó arrebossat Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	Cigrons a la provençal Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada segons tolerància	Bledes amb patata saltejades amb all Truita a la francesa Enciams variats amanits Fruita de temporada segons tolerància	Arròs bullit amb oli d'oliva Filet de carn magra de porc a la planxa Enciams variats amanits (F) Batut de fruita (plàtan i llet)	Porrusalda vegetal (estofat de patata, pastanaga i porro) Truita de bacallà Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
Patates estofades amb hortalisses Gall dindi empanat a les fines herbes amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada segons tolerància	Bròquil amb patata Pizza casolana a la bolonyesa de soja texturitzada Fruita de temporada segons tolerància	Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada segons tolerància		

*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: Lluc, 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) - Setembre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

	1	2	3	4
7	8	9	10	11
14	15	16	17	18
21	22	23	24	25
28	29	30		

	Espirals a la napolitana Croquetes de pollastre Guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO s/sucre	Cigrons saltejats amb all i pebre vermell Pit de pollastre a la planxa/forn amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Colíflor amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa Amanida d'enciam i formatge fresc Fruita de temporada	DIA FESTIU
Arròs integral amb salsa de tomàquet Filet de gall dindi a la planxa/forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Sopa amb brou d'au i fideus Bacallà a la romana Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patata Aletes de pollastre al forn Amanida d'enciam i poma logurt natural ECO s/sucre	Llenties estofades amb hortalisses Peix fresc de Mercat amb Patates panadera Fruita de temporada	Crema de carbassó i patata amb Crostons de pa Macarrons a la bolonyesa de soja texturitzada amb formatge Fruita de temporada
Espaguetis integrals amb salsa de remolatxa Salmó arrebossat Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO s/sucre	Cigrons a la provençal Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Bledes amb patata saltejades amb alliet Llenties estofades amb arròs Fruita de temporada	Arròs amb verdures Carn magra amb salsa de poma (F) Batut de fruita (plàtan i llet)	Porrusalda vegetal (estofat de patata, pastanaga i porro) Truita de bacallà Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
Llenties estofades amb hortalisses Gall dindi empanat a les fines herbes amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Bròquil amb patata Pizza casolana a la bolonyesa de soja texturitzada Fruita de temporada	Arròs integral amb salsa de tomàquet Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a la planxa amb Amanida d'enciam i germinats 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: Lluc, 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

