



MES MAIG

ESCOLA DURAN I BAS



MENÚ SENSE OU

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



2 Llacets amb sofregit de tomàquet i orenga
Pollastre amb enciam i pastanaga rallada

3 Arròs tropical (pinya, olives, pèsols)
F. de lluç amb barreja d'enciams

4 Trinxat de bledes amb patata a l'allet
Mandonguilles de vedella s/ou amb salsa i muntanyeta de cous-cous
Fruita de temporada

5 Mongetes seques saltades amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet)
Filet de llenguadina amb enciam
Fruita de temporada

8 Lenties saltades amb arròs
Hamburguesa vegetal planxa amb barreja d'enciams i pipes de girasol
iogurt natural de granja

9 **PROJECTE ENS HO MENGEM TOT**
Macarrons amb tomàquet
Filet de lluç forn amb barreja d'enciams
TARONJA

10 Vichysoise (carbassó i porros) amb crotons
Pollastre rostit al forn amb Herbes provençals amb cuscús
Fruita de temporada

11 Arròs llarg 3 verdures
F. de bruixa amb enciam i pastanaga
Fruita de temporada

12 Bròquil, pastanaga, patates magre amb tomàquet i olives
Fruita de temporada

15 Brou de verdures amb pasta i llegum
Pollastre planxa amb patates fregides
iogurt natural de granja

16 Regirat de verdures (mongetes tendra, pastanaga, patata, pèsols)
Filet de bruixa amb picada d'allets amb enciam
Fruita de temporada

17 Espirals amb alfàbrega i formatge
Botifarra de porc a la planxa amb samfaina
Fruita de temporada

18 Cigrans estofat amb verdures bacallà amb enciam i pastanaga
Fruita de temporada

19 Paella de verdures (ceba, pebrot, pastanaga) pollastre amb enciam i pastanaga
Fruita de temporada

22 Amanida de pasta (espirals, enciam, pastanaga)
Daus d'estofat de porc amb patata
iogurt natural de granja

23 Bròquil i coliflor amb patates i picada d'alls
Hamburguesa de vedella s/ou amb enciam i olives
Fruita de temporada

24 Arròs 3 delícies (blat de moro, pastanaga, pèsols)
F. de lluç amb enciam i tomàquet
Fruita de temporada

25 Amanida de l'hort (barreja d'enciams, patata tomàquet, olives, pastanaga i vinagreta)
Lenties saltades de verdures
Fruita de temporada

26 **Menú triat de sisè ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET POLLASTRE AMB ENCIAM FLAM**

29 Arròs amb sofregit de tomàquet
pollastre amb pastanaga i enciam
iogurt natural de granja

30 Mongetes seques estofades
F. de lluç amb mesclum d'enciams i tomàquet amanit
Fruita de temporada

31 **JORNADA DE HAWAII**
Macarrons hawaiana (formatge i pinya)
Teriyaki chicken
GELAT s/ou



La fruita serà de proximitat KM0 i : poma, pera, taronja, maduixa, cirera, plàtan



Son ecològics : pastes, arròs, llegums, hamburgueses vegetals

Aquests mes proposem la Jornada del HAWAII
Esperem que els infants gaudeixin de les activitats i del menjar

iogurt GREG de granja km 0, per reduir el plàstic utilitzem envasos grans



Menú validat per Dietistes Nutricionistes co-legiades: CAT N°0681

