



MES MAIG

ESCOLA DURAN I BAS



MENÚ SENSE PORC

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2 Llacets amb sofregit de tomàquet i orenga
Truita de patata amb enciam i pastanaga rallada
Iogurt natural de granja

3 Arròs tropical (pinya, olives, pèsols) pollastre amb barreja d'enciams
Fruita de temporada

4 Trinxat de bledes amb patata a l'allet
Mandonguilles d'au 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

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



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



8 Llenties 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
Truita francesa amb enciam i pastanaga
Fruita de temporada

12 Bròquil ,pastanaga, patates
pollastre 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) *maionesa opcional
Filet de bruixa amb picada d'allets amb enciam
Fruita de temporada

17 Espirals amb alfàbrega i formatge
hamburguesa d'au a la planxa amb samfaina
Fruita de temporada

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

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

22 Amanida de pasta (espirals, enciam, pastanaga)
hamburguesa d'au amb enciam
Iogurt natural de granja

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

24 Arròs 3 delícies (blat de moro, pastanaga,pèsols)
Truita de patates amb enciam i tomàquet
Fruita de temporada

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

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

29 Arròs amb sofregit de tomàquet
Truita francesa amb pastanaga i enciam
Iogurt natural de granja

30 Mongetes seques estofades
Cretes de tonyina amb mesclum d'enciams i tomàquet amanit
Fruita de temporada

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

