

ESCOLA JAUME BALMES Cuina pròpia

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

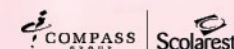
Maig - 2025

XISCA REBASSA PERELLÓ
Servicio de Nutrición y Dietética
Dietista - Nutricionista
Colegiada Nº 647001289

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



1

2

FESTIU

FESTIU

5

LLENTIES (ECOLÒGIC) AMB JARDINERA (12)
ESTOFAT DE PORC AMB PATATES A DAUS (12)
BLAT DE MORO I PASTANAGA RATLLADA (12)
FRUITA

6

TRICOLOR DE PÈSOLS, PATATES I PASTANAGA (12)
POLLASTRE AL FORN AMB BRESA DE CEBA I PEBROT
FRUITA

7

ARRÒS (INTEGRAL) A LA NAPOLITANA (7)
TRUITA DE FORMATGE (3,7)
ENCIAM I COGOMBRE (12)
I OGURT (7)

8

CREMA DE COLIFLOR (12)
CIGRONS AMB VERDURES I COUS COUS (1,6,10)
FRUITA

9

ESPAGUETIS GRATINATS (1,3,6,7,10)
LLUC AMB Salsa (2,4,14)
ENCIAM I BROTS (6,12)
FRUITA

12

TRINXAT DE COL AMB PATATA (12)
BISTEC DE MAGRA A LES FINES HERBES (9)
SAMFAINA
FRUITA

13

MEDITERRANI (BALEARS)
ARRÒS BRUT AMB POLLASTRE I PORC
OUS REMENATS AMB SOBRASSADA I CEBA
CARAMEL LITZADA (3)
ENSAÏMADA (1,3,4,6,7,8,10,11)

14

MONGETES SEQUES ESTOFADES (12)
HAMBURGUESA MIXTA AMB CEBA
CARAMEL LITZADA (6,12)
AMANIDA DE BLAT DE MORO (12)
FRUITA

15

ESPIRALS (INTEGRAL) AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA (1,3,6,10)
ABADEJO A LA LLAUNA (1,4,6,10,12)
AMANIDA AMB BROTS I PASTANAGA (6,12)
FRUITA

16

CREMA DE CARBASSÓ (ECOLÒGIC) (12)
LLENTIES (ECOLÒGIC) CASOLANES (6,12)
FRUITA

19

ARRÒS (INTEGRAL) A LA CASSOLA AMB VERDURES
SALMÓ AMB TARONJA (4)
AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA (12)
FRUITA

20

AMANIDA DE CIGRONS AMB JULIANA DE VERDURES I VINAGRETA DE PEBROTS (12)
MANDONGUILLES A LA JARDINERA (6,12)
FRUITA

21

LLENTIES (ECOLÒGIC) ESTOFADES AMB PASTANAGA (12)
TRUITA DE PATATES (3)
ENCIAM I BROTS (6,12)
I OGURT NATURAL DE PROXIMITAT I ECOLÒGIC (7)

22

MACARRONS (INTEGRAL) A LA NORMA (1,3,6,7,10)
RODÓ DE GALL DINDI ROSTIT AMB POMA (6,7)
TOMÀQUET I BLAT DE MORO (12)
FRUITA

23

CREMA DE BRÒQUIL (12)
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL (9)
ENCIAM I CEBA (12)
FRUITA

26

PAELLA AMB VERDURES
TRUITA DE CARBASSÓ (3)
AMANIDA VERDA (12)
FRUITA

27

CREMA DE PASTANAGA (12)
CIGRONS AMB VERDURA, QUINOA I POLLASTRE
FRUITA

28

SOPA DE PASTA (ECOLÒGIC) (1,3,6,9)
WOK DE DAUS DE RAP AMB VERDURES I Salsa DE SOJA (4,6,11)
AMANIDA DE BROTS (6,12)
I OGURT (7)

29

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB CARABASSA (ECOLÒGIC)
FILET DE POLLASTRE A LA FRANCESA (1,6,7,10)
AMANIDA DE TOMÀQUET I COGOMBRE (12)
FRUITA

30

AMANIDA OLIVIER (PATATA, PASTANAGA, PÈSOLS, MONGETA TENDRA, TONYINA, OU, OLIVES I MAIONESA) (3,4)
PIZZA CARBONARA (1,6,7)
FRUITA

Els dimarts i els dijous es donarà **PA INTEGRAL**.

(*)Al·lèrgens: (1) Gluten, (2) Crustacis, (3) Ou, (4) Peix, (5) Cacauet, (6) Soja, (7) Llet i derivats, (8) Fruits de Cloasca, (9) Api i derivats, (10) Mostassa, (11) Grans de Sèsam, (12) Diòxid de Sotro i Sulfits, (13) Tramussos, (14) Mol·luscos

(*)La declaració d'al·lèrgens (segons Rto. 1169/2011) dels plats, correspon a la declaració facilitada pels nostres proveïdors en el moment d'impressió d'aquest menú quedant subjecte a possibles canvis. En cas de requerir alguna dieta especial, si us plau, contacta amb el centre per així poder elaborar el menú específic.



Productes de producció integrada: Poma i Pera



El present menú inclou productes ecològics certificats, concretament: les lleties, la carbassa, la taronja i el iogurt de proximitat.



Aquest menú inclou els següents productes de Km 0: la vedella, el porc, el iogurt i el pa àiani.

Què mengem per sopar avui?

dilluns		dimarts		dimecres		dijous		divendres	
						1		2	
5		6		7		8		9	
ESPIRALS AMB VERDURES RAGOUT DE GALL DINDI FRUITA		BLEDES AMB PATATES AL VAPOR FILET DE LLUÇ A LA GALLEGA IOGURT		PANATXÉ DE VERDURES FILET DE VEDELLA A LA PLANXA FRUITA		ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORTA OUS DURS AMB "PISTO EXTREMEÑO" IOGURT		CREMA DE PORROS, BLEDES I CEBA ESTOFAT DE POLLASTRE FRUITA	
12		13		14		15		16	
ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS I PÈSOLS BACALLÀ A LA RIOJANA FRUITA		CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA ROSTIT DE PORC AMB PURÉ DE POMA I PATATA IOGURT		GALETS AMB SAMFAINA FALAFEL DE LLENTIES (ECOLÒGIC) AMB SALSÀ DE IOGURT FRUITA		ESPIRALS AMB VERDURES PIT DE GALL DINDI GUISAT IOGURT		AMANIDA D'ENCIAM ICEBERG, TOMÀQUET, CARABASSÓ I XAMPINYÓ NATURAL AMB TONYINA I VINAGRE DE MÒDENA TRUITA DE PATATA I CEBA FRUITA	
19		20		21		22		23	
SALTEJAT DE PATATES PERNILETS DE POLLASTRE AL CURRY FRUITA		MACARRONS AMB ALLADA VEDELLA ROSTIDA IOGURT		CREMA DE XAMPINYONS, PATATA I CEBA ABADEJO EN MOJO CANARI (VERD) AMB PAELLA DE VERDURES FRUITA		PASTÍS DE VERDURES REMENAT DE XAMPINYONS IOGURT		ARRÒS AMB BRÒQUIL FILET DE GALL DINDI A LA PLANXA FRUITA	
26		27		28		29		30	
MONGETES TENDRES, PATATES AL VAPOR I MAIONESA SALMÓ AMB CEBA FRUITA		AMANIDA CAMPERA RELLON DE POLLASTRE A LA PLANXA IOGURT		ARRÒS TRES DELÍCIES HAMBURGUESA DE QUINOA AMB CEBA CARAMEL LITZADA FRUITA		CREMA D'ESPARRECS TRUITA A LA PAISANA IOGURT		ESPIRALS AMB SALSÀ DE XAMPINYONS BISTEC A LA PLANXA FRUITA	

Scolarest

MENJAR, APRENDRE, VIURE



Menjar és tenir una experiència gastronòmica saludable, segura i sostenible amb una alimentació basada en la dieta mediterrània.

Aprendre els valors i costums de vida saludables que transmetem durant l'estona del migdia.

Viure moments únics convivint, jugant i compartint que ens guien cap al benestar màxim.

Temporada PRIMAVERA - ESTIU



Tria productes de temporada per als teus àpats: més frescos, més gustosos i millors per al planeta.



VERDURES I HORTALISSES



FRUITES

Bledes
All
Albergínia
Bròquil
Carbassó
Ceba
Espinacs

Pèsols
Faves
Mongeta tendra
Espàrrec verd
Enciam
Patata

Cogombre
Pebrot
Porro
Rave
Tomàquet
Pastanaga

Albercoc
Figaflor
Cirera
Pruna
Figa
Llimona
Préssec

Meló
Nectarina
Nespra
Préssec pla
Pera
Síndria

www.scolarest.es

Segueix-nos a xarxes per conèixer millor els nostres projectes.

in



@



NOTES: