

DILLUNS
DIMARTS
DIMECRES
DIJOUS
DIVENDRES


Crema de verdures de temporada **06**
Remenat de xampinyons amb enciam i blat de moro
Fruita fresca Ametller - Pa blanc

Coliflor amb patata **07**
Peix fresc de llotja amb enciam i olives
Fruita fresca Ametller - Pa integral

Mongetes verdes amb patata **01**
Contracuixa de pollastre Halal al forn amb enciam i tomàquet
Fruita fresca Ametller - Pa integral

Macarrons integrals amb verdures **02**
Croquetes d'espínacs amb enciam i pastanaga
Fruita fresca Ametller - Pa blanc

Crema de cigrons amb crostons **03**
Lluç a la llimona amb ceba brassejada
Fruita fresca Ametller - Pa integral

Bledes saltejades amb pastanaga i xampinyons a la gallega **13**
Truita de patates amb rodes de tomàquet i olives negres
Fruita fresca Ametller - Pa integral

Arròs amb salsa de tomàquet **14**
Contracuixa de pollastre Halal a la planxa amb enciam i blat de moro
Fruita fresca Ametller - Pa blanc

Arròs de peix **08**
Truita francesa amb enciam i tomàquet
Fruita fresca Ametller - Pa blanc

Llenties amb verdures **09**
Pit de pollastre Halal a la planxa amb pisto de verdures
logurt natural Ametller - Pa integral

Sopa de verdures amb cigrons **10**
Hamburguesa vegetal a la planxa amb enciam i blat de moro
Fruita fresca Ametller - Pa blanc

Cigrons amb patates **15**
Remenat d'ou amb minestra saltejada
Fruita fresca Ametller - Pa integral

Macarrons integrals aglio-olio **16**
Bacallà a la romana amb enciam i pastanaga
Fruita fresca Ametller - Pa blanc

*DIA DE LLIURE
DISPOSICIÓ*

Espirals amb tomàquet **20**
Truita francesa amb enciam i blat de moro
Fruita fresca Ametller - Pa blanc

Arròs de muntanya (ceba, tomàquet, pastanaga i xampinyons) **21**
Caldereta de rap i calamars amb patates
Fruita fresca Ametller - Pa integral

Sopa de peix amb fideus **22**
Lluç a la planxa amb enciam i pastanaga
Fruita fresca Ametller - Pa blanc

Trinxat de col amb patates **23**
Pollastre Halal rostí a les fines herbes amb enciam i tomàquet
logurt natural Ametller - Pa integral

Mongetes blanques saltejades amb verdures **24**
Truita de formatge amb enciam i olives
Fruita fresca Ametller - Pa blanc

Arròs a l'hortelana **27**
Truita de tonyina amb enciam i pastanaga
Fruita fresca Ametller - Pa integral

Pèsols saltejats amb ceba i pastanaga baby **28**
Pollastre Halal al forn amb enciam i tomàquet
Fruita fresca Ametller - Pa integral

Llenties amb verdures **29**
Bacallà amb salsa de tomàquet
Fruita fresca Ametller - Pa integral

Patates estofades amb verdures (bledes, pastanaga i porro) **30**
Lluç al forn amb enciam i olives
Fruita fresca Ametller - Pa blanc

DIA DE LA MONA **31**
Pasta tutticolori al pesto gratinada amb formatge
Hamburguesa vegetal a la planxa amb enciam i blat de moro
Pa blanc/integral i Mini donut amb ou de Pasqua



CrEa la Teva Rutina Saludable En Família



GLUP GLUP!



**INTENTA DORMIR EL TEMPS
NECESSARI CADA NIT**



**MILLORA EL TEU RITME I BALLA
AMB LA TEVA MÚSICA PREFERIDA**

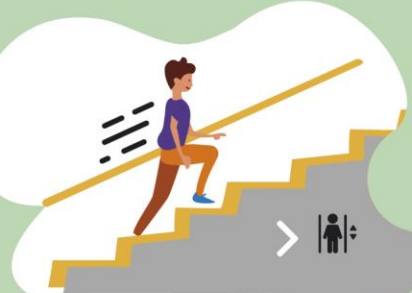
**RECORDA QUE LA HIDRATACIÓ ÉS
IMPORTANT. TRIA SEMPRE AIGUA**



**SEGUEIX UNA
DIETA SANA**



**CAMINA O VEU AMB
BICICLETA SEMPRE QUE
TINGUIS L'OPORTUNITAT**



**SEMPRE QUE PUGUIS,
PUJA PER LES ESCALES**



**FES ESTIRAMENTS DIARIS I
MILLORA LA TEVA FLEXIBILITAT**



**APROFITA LES FRUITES I
VERDURES DE TEMPORADA**



**PRACTICA ESPORT
TOTS ELS DIES**

Treballem en l'educació per a una alimentació saludable. Per a això recuperem la nostra tradició gastronòmica amb productes de proximitat, frescos i ecològics i sense perdre la temporalitat de les nostres matèries primeres.

RECOMANADOR DE SOPAR

PRIMERS PLATS

Si a l'escola he menjat de primer...



Per sopar puc menjar de primer...



SEGONS PLATS

Si a l'escola he menjat de segon...



Per sopar puc menjar de segon...



POSTRES



Entitats col·laboradores:

