

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
29	30	31	01	02
	BON ANY!!			
05	06	07	08	09
			Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes al gust Enciam i pastanaga Pa blanc/integral i fruita fresca	Bròquil eco al vapor amb patates Truita de formatge Enciam i tomàquet Pa blanc/integral i fruita fresca
12	13	14	15	16
Tallarines al pesto Salsitxes d'au al forn/planxa Enciam i blat de moro Pa blanc/integral i natilles de xocolata	Crema de carbassó Arròs melós de peix i marisc - Pa blanc/integral i fruita fresca	Mongetes seques estofades amb patates Truita francesa Enciam i tomàquet Pa blanc/integral i fruita fresca eco	Sopa casolana d'au amb galets Lluç al forn/planxa Samfaina Pa blanc/integral i fruita fresca	Crema de cigrons Pernilets de pollastre al forn Enciam i olives Pa blanc/integral i fruita fresca
19	20	21	22	23
Arròs amb salsa de tomàquet Truita de formatge Enciam i olives Pa blanc/integral i fruita fresca	Cigrons estofats amb pastanaga Lluç al forn amb ceba, tomàquet i llit de patates - Pa blanc/integral i fruita fresca	Mongetes tendres eco amb patates al vapor Pernilets de pollastre al forn Enciam i tomàquet Pa blanc/integral i fruita fresca	Fideuà de peix Carn magra al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa blanc/integral i iogurt natural	Coca casolana de verdures Mongetes seques saltades amb ceba i pastanaga - Pa blanc/integral i fruita fresca
26	27	28	29	30
Crema de verdures de temporada Calamars a la romana Enciam i tomàquet Pa blanc/integral i fruita fresca	Coliflor al vapor amb patates Hamburguesa mixta al forn/planxa Enciam i blat de moro Pa blanc/integral i fruita fresca	Paella marinera Verat amb salsa de tomàquet - Pa blanc/integral i flam de vainilla	Llenties eco estofades amb verdures Truita francesa Enciam i olives Pa blanc/integral i fruita fresca	Espirals amb salsa de tomàquet Contracuixa de pollastre al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa blanc/integral i fruita fresca

La ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida més saludable, inclusiva i sostenible

01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprenem hàbits saludables per a tota la vida.

02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprenem a conviure, respectar i celebrar la diversitat.

04 Joc

Aprendre jugant és més divertit! El migdia és el nostre moment per riure i descobrir junts.

03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir cura del planeta amb cada mos.

RECOMANADOR DE SOPARS

PRIMERS PLATS

 Si a l'escola el primer plat era...

 Verdura

 Pasta/Arròs

 Llegums

 Per sopar pot ser...

 Pasta/Arròs

 Verdura

 Verdura

 Pasta/Arròs

SEGONS PLATS

 Si a l'escola el segon plat era...

 Ou

 Peix

 Llegums

 Carn

 Per sopar pot ser...

 Carn

 Ou

 Peix

 Ou

 Peix

 Carn

 Ou

 Peix

 Fruita



 Lacti

Pots consultar la declaració d'al·lèrgens per plats en el llistat adjunt a aquest menú.