

Menjador escolar d'Olvan

CURS 2025-2026

MENÚ DE MAIG

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				01
				Festiu
Escudella amb sèmola de blat de moro Truita d'espínacs amb tomàquet amanit i olives Fruita de temporada	Pèsols amb pastanaga Botifarra esparracada amb enciam amanit Fruita de temporada	Sopa de peix amb fideus Aletes de pollastre al forn amb verdures Fruita de temporada	Llenties sortint de l'olla Macarrons amb sofregit de tomàquet, ceba, pastanaga i ametlles logurt natural	Amanida de cigrons amb tomàquet, formatge i blat de moro Peix del dia amb enciam amanit Fruita de temporada
Arròs amb sofregit de tomàquet, ceba i pastanaga Llenties sortint de l'olla Fruita de temporada	Patata i mongeta Truita d'espínacs amb tomàquet amanit i olives Fruita de temporada	Amanida de blat de moro escairat amb tomàquet, formatge i olives Peix del dia amb enciam amanit Fruita de temporada	Crema de verdures amb pipes Cigrons amb picada de tomàquet, all i julivert logurt natural	Macarrons amb sofregit de tomàquet, ceba i pastanaga Cuixetes de pollastre amb enciam amanit i blat de moro Fruita de temporada
Blat forment amb pèsols Croquetes de pollastre amb tomàquet amanit Fruita de temporada	Patata, mongeta i pastanaga Cigrons amb picada de tomàquet, all i julivert logurt natural	Arròs amb orenga Truita d'espínacs amb tomàquet amanit i olives Fruita de temporada	Trobada Zer	Espaguetis amb sofregit de tomàquet, ceba i pastanaga Peix del dia amb enciam amanit Fruita de temporada
Crema de verdures amb pipes Cigrons amb picada de tomàquet, all i julivert logurt natural	Blat forment amb pèsols Cuixeta de pollastre amb enciam amanit Fruita de temporada	Llenties sortint de l'olla Peix del dia amb tomàquet amanit Fruita del temps	Patata i mongeta amb maionesa Hamburguesa de porc amb pastanaga ratllada Fruita de temporada	Festa Zer

- o En els àpats s'inclou: pa integral i aigua. Fruita: pera, poma, préssec, mandarina, plàtan, taronja, maduixes, prunes, cireres síndria, meló...
- o Variació d'amanida: enciam i tomàquet, pastanaga ratllada i tomàquet, enciam i pastanaga ratllada, enciam i tomàquet amb olives, pastanaga ratllada amb olives. Blat de moro, olives, remolatxa rallada, poma,...
- o El sofregit: Ceba, all i tomàquet, ceba, all, pastanaga i tomàquet, ceba, all, pastanaga, carbassó, pebrot i tomàquet.
- o La vedella és de ramats de la nostra comarca el Berguedà.
- o Els menús vegetarians i vegans són adaptats amb les opcions proteiques corresponents.
- o Els al·lèrgens els teniu marcats en negreta i colors al menú: **llet** | **ou** | **fruits secs** | **gluten** | **soja** | **api** | **peix**
- o Menú revisat per una Dietista-Nutricionista Colegiada Eva Nuñez Marmol CAT443

