

Menú Escolar

Març
2026

Ausolan.

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 Prt. 27·HC. 76·Lip. 17·Kcal. 562 Arròs amb edamame i panses Daus d'au marinats amb espècies amb enciam i poma Fruita fresca de temporada <i>...i per la nit: Verdura/Vedella+cereal/Làctic</i>	3 Prt. 38·HC. 86·Lip. 28·Kcal. 766 Cigrons estofats Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga logurt	4 Prt. 24 HC. 61 Lip. 27 Kcal. 580 Sopa de peix amb arròs Pollastre a la parmesana amb enciam i blat de moro Fruita fresca de temporada	5 Prt. 23 HC. 61 Lip. 46 Kcal. 759 Mongeta verda amb patata Botifarra al forn amb ceba caramel·litzada Fruita fresca de temporada	6 Prt. 58·HC. 89·Lip. 39·Kcal. 937 Macarrons a la norma Cua de rap arrebossada amb enciam i pebrot Fruita fresca de temporada
9 Prt. 18 HC. 41 Lip. 14 Kcal. 358 Sopa d'au amb lletres Truita de carbassó i ceba amb niu d'enciam Fruita fresca de temporada <i>...i per la nit: Amanida/Au+cereal/Làctic</i>	10 Prt. 30·HC. 87·Lip. 29·Kcal. 726 Espaguetis amb salsa de formatge Lluç al forn amb all i julivert amb enciam i olives Fruita fresca de temporada	11 SEGONES OPORTUNITATS Arròs amb tomàquet Croquetes de carn d'olla amb enciam i brots de soja logurt	12 Prt. 26·HC. 73·Lip. 17·Kcal. 553 Crema de pèsols i porro Pollastre amb salsa de prunes Fruita fresca de temporada	13 Prt. 21·HC. 77·Lip. 7·Kcal. 460 Amanida de patata Llenties amb hortalisses Fruita fresca de temporada
16 Prt. 29·HC. 60·Lip. 36·Kcal. 685 Coliflor amb patata Mandonguilles de vedella amb salsa de tomàquet Fruita fresca de temporada <i>...i per la nit: Cereal/Ou+verdura/Làctic</i>	17 Prt. 33·HC. 101·Lip. 46·Kcal. 952 Paella de verdures Salmó al forn amb enciam i blat de moro Fruita fresca de temporada	18 Prt. 33·HC. 72·Lip. 40·Kcal. 774 Sopa de brou amb pistons Aletes de pollastre marinades amb patates fregides Fruita fresca de temporada	19 Prt. 44·HC. 80·Lip. 26·Kcal. 762 Seques guisades Truita francesa amb enciam i tomàquet logurt	20 Prt. 24·HC. 104·Lip. 35·Kcal. 823 Espirals gratinats Calamars a la romana amb mesclum Fruita fresca de temporada
23 Prt. 38·HC. 83·Lip. 15·Kcal. 630 Llenties amb xoriço Lluç a la biscaina Fruita fresca de temporada <i>...i per la nit: Verdura/Porc+cereal/Làctic</i>	24 Prt. 34·HC. 102·Lip. 23·Kcal. 761 Puré de pastanaga i ceba Estofat de gall dindi amb arròs pilaf Fruita fresca de temporada	25 Prt. 27·HC. 84·Lip. 26·Kcal. 675 Llacets amb tomàquet Truita de pernil amb enciam i pastanaga Fruita fresca de temporada	26 Prt. 25 HC. 96 Lip. 34 Kcal. 781 Arròs al curri Pollastre arrebossat amb brots verds Fruita fresca de temporada	27 Prt. 27·HC. 103·Lip. 32·Kcal. 824 Escudella vegetal amb galets Pizza de formatges amb enciam i olives Mona
<i>...i per la nit: Verdura/Ou+patata/Làctic</i>	<i>Cereal/Proteïna vegetal/Làctic</i>	<i>Amanida/Peix+cereal/Làctic</i>	<i>Verdura/Ou+patata/Làctic</i>	<i>Cereal/Au+amanida/Fruita</i>



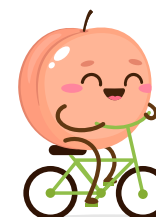
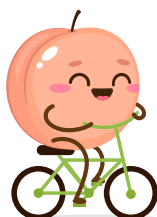
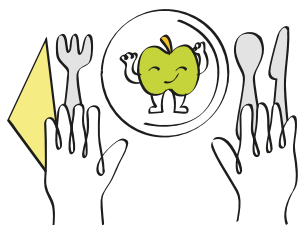
Projecte
Educatiu



Sostenibilitat



Recomanacions
nutricionals



*Per qualsevol consulta us podeu posar en contacte amb el departament de nutrició a través del correu: dietistarcn@ausolan.com.
 El nostre menú es basa en la cuina mediterrània, casolana i de qualitat. Menú elaborat per la dietista-nutricionista Sara Vinitzki col. CAT002669.
 A cycle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.