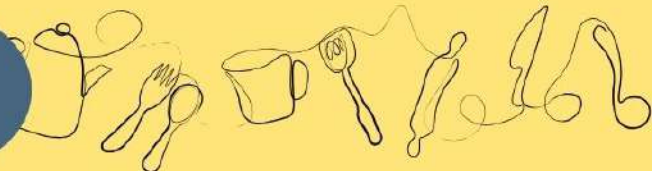


SOPARS MAIG



DIMECRES 1

FESTA

DIJOUS 2

Amanida de fruita i pipes
Peix petit enfarinat
Matò

DIVENDRES 3

Sopa de fideus integrals amb
verdures
Ou dur
Fruita

DILLUNS 6

Crema de carbassó amb poma
Truita
Fruita

DIMARTS 7

Quinoa amb tomàquet i alvocat
Filet de peix amb remolatxa ratllada
Fruita

DIMECRES 8

Col i flor amb patata
Peix a la planxa
Fruita

DIJOUS 9

Crema de verdures
Cigrons amb pastanaga
Iogurt

DIVENDRES 10

Amanida d'enciam amb remolatxa
i olives
Pa amb tomàquet i formatge
Fruita

DILLUNS 13

Crema de porro i patata
Filet de pollastre
Fruita

DIMARTS 14

Verdures al forn amb romesco
Llenties
Fruita

DIMECRES 15

Menestra de verdures
Ou dur amb xampinyons
Fruita

DIJOUS 16

Quinoa amb pèsols
Filet de pollastre
Fruita

DIVENDRES 17

Crema de remolatxa
Truita
Fruita

DILLUNS 20

Pèsols amb pernil de gall dindi
Peix
Fruita

DIMARTS 21

Crema de pastanaga
Filet de carn a escollir
Fruita

DIMECRES 22

Amanida de maduixes i formatge
fresc
Llenties
Iogurt

DIJOUS 23

Espinacs o bròquil amb patata
Crestes de formatge
Fruita

DIVENDRES 24

Crema de carbassó i daus de pa
torrat
Ou a la planxa
Fruita

DILLUNS 27

Col i flor amb pastanaga
Peix enfarinat
Fruita

DIMARTS 28

Sopa de verdures
Humus de cigró amb verduretes
Fruita

DIMECRES 29

Verdures escalivades (patata,
carbassó pebrot)
Truita de patata
Fruita

DIJOUS 30

FESTA

DIVENDRES 31

FESTA

*Tots els menús que oferim a l'escola i els que us proposem per sopar estan supervisats per la dietista **Eva Núñez** (DN CAT 443)

FEU DE LA VOSTRA ALIMENTACIÓ UN MANDALA DE COLORS I AIXÍ APORTAREU MOLTS NUTRIENTS
AL VOSTRE COS I ESTARÀ SA I FORT!
LA BEGUDA SEMPRE HA DE SER L'AIGUA PER ESTAR BEN HIDRATATS
I LA FRUITA CONSUMIR-LA SENCERA PER AGAFAR TOTS ELS NUTRIENTS I BENEFICIS QUE ENS
APORTA!

