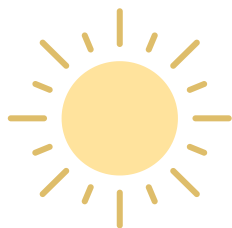


MARÇ 2026

COL·LEGI GINESTA



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Pasta amb pesto (espinacs) Hamburguesa de coliflor i formatge amb brots verds i pastanaga Fruita del temps	3 Verdura tricolor (mongeta verda, pastanaga i patata) Pernilets de pollastre rostits amb ceba Fruita del temps	4 Crema de bròquil, pastanaga i patata amb crostons de pa Porcions de lluç amb amanida Iogurt	5 Estofat de llenties amb verdures Trita de patata amb enciam i olives Fruita del temps	6 Sopa d'arròs amb verdures Magra de porc amb salsa Fruita del temps
9 Arròs amb tomàquet i orenga Lluç al forn amb salsa verda amb enciam i pastanaga Fruita del temps	10 Menestra de verdures amb patata Contracuixa de pollastre al forn amb herbes i enciam amb olives Fruita del temps	11 Crema de col lombarda amb crostons de pa Trita de carbassó amb enciam i pastanaga Iogurt	12 Pasta a la jardineria amb formatge Salsitxes d'au amb verdures Fruita del temps	13 Cigrons estofats amb verdures (mongeta verda, pastanaga) Lluç arrebossat amb enciam i remolatxa Fruita del temps
16 Arròs de verdures Trita de formatge amb enciam i olives Fruita del temps	17 Mongetes blanques estofades amb verdures Pollastre rostit amb amanida Fruita del temps	18 Crema de verdures amb llenties Mandonguilles vegetals amb salsa Iogurt	19 Pasta napolitana Porcions de lluç amb brots verds i pastanaga Fruita del temps	20 Mongeta amb patata Salsitxa de porc amb brots verds i blat de moro Fruita del temps
23 Macarrons amb bolonyesa vegetal Hamburguesa de vedella amb enciam i blat de moro Fruita del temps	24 Menestra de verdures Pernilets de pollastre amb verdures al forn Fruita del temps	25 Arròs amb bolets Salmó amb salsa de poma al forn Fruita del temps	26 Cigrons estofats amb verdures Trita de carbassó i amanida Fruita del temps	27 Escudella Butifarra amb xips Natilla
30 FESTA	31 FESTA	Menús revisats per dietista-nutricionista col·legiat n°CAT001115. El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització.		



Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen productes de màxima qualitat

Ens basem en les guies d'alimentació saludable de la Generalitat de Catalunya



Utilitzem l'oli d'oliva verge per amanir

Utilitzem la sal iodada en totes les preparacions

**DIVENDRES 27: JORNADES
GASTRONÒMIQUES CATALUNYA**

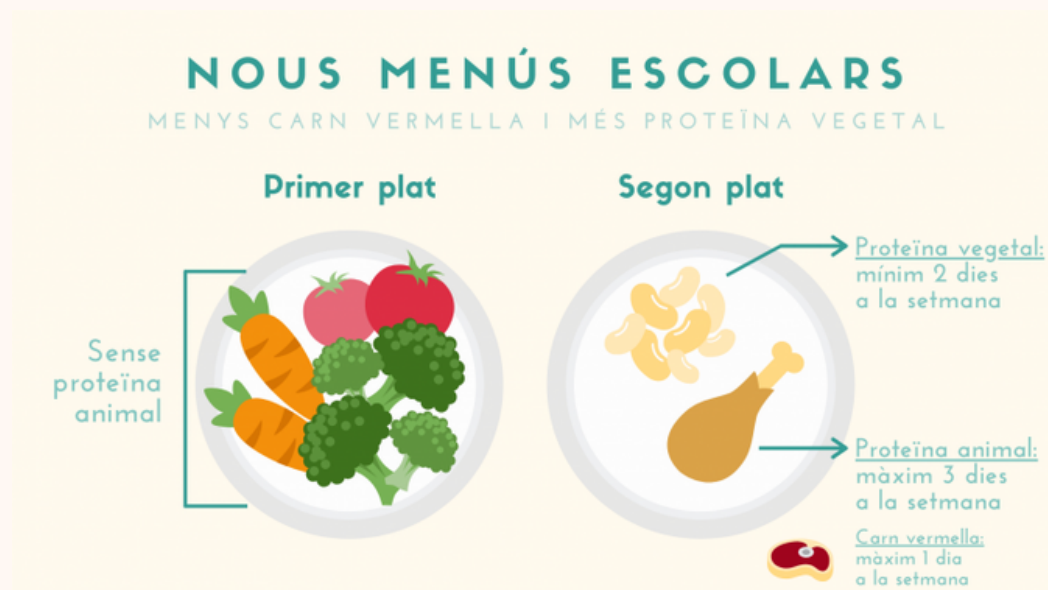


PER QUÈ POTENCIEM EL CONSUM DE PROTEÏNA VEGETAL?

L'Organització Mundial de la Salut (OMS) recomana reduir el consum de **carn vermella i de carn processada** ja que el consum excessiu d'aquestes carns es relaciona amb un increment de risc de problemes de salut.

Els **llegums** destaquen tant pels nutrients beneficiosos que contenen (fibra, vitamines, minerals, antioxidants, proteïnes, hidrats de carboni), com pel fet de no aportar aquells nutrients que es recomana limitar (sal, greixos saturats i sucres).

És per aquest motiu que a Barnalleure introduïm els dies "proteïna vegetal" apostant per les llegums com a plat principal ja que aporten la mateixa quantitat de proteïna que la carn però sent **molt més beneficioses per la salut dels infants**.



PROPOSTA DE SOPARS SALUDABLES



VERDURES I FRUITES

Com més millor! Han de ser la meitat de la nostra alimentació diària. Hauriem de consumir 5 racions de verdura i fruita al dia, 3 de fruita i 2 de verdura

CEREALS

Han de suposar 1/4 del nostre plat saludable, sempre hem de triar varietats integrals, com pa integral, pasta, arròs, cibada integral...

PROTEÏNES

Molt importants pel bon creixement! Podem consumir proteïna animal com el peix, ous, carns magres i làctics; o proteïna vegetal, com els llegums, llavors o fruits secs. És important reduir el consum de carn vermella i processada

Per beure? Aigua!

És la millor opció de beguda que podem fer. Hem d'evitar el consum de begudes ensucrades i sucres envasats

EXEMPLES DEL PLAT SALUDABLE



SI HEM DINAT...

Cereals(pasta, arròs...) -----
Verdures -----
Carn -----
Peix -----
Ous -----
Fruita -----
Làctics -----

PODEM SOPAR...

Verdures cuites o crues, llegums
Llegums o cereals i verdures
Peix, ous, llegums
Carns magres, ous o llegums
Peix, carns magres o llegums
Làctics no ensucrats
Fruita



MANTINGUEM-NOS ACTIUS!



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Pasta amb pesto (espinacs) Hamburguesa de coliflor i formatge amb brots verds i pastanaga Fruita del temps	3 Verdura tricolor (mongeta verda, pastanaga i patata) Pernilets de pollastre rostits amb ceba Fruita del temps	4 Crema de bròquil, pastanaga i patata amb crostons de pa Porcions de lluç amb amanida logurt	5 Estofat de llenties amb verdures Truita de patata amb enciam i olives Fruita del temps	6 Sopa d'arròs amb verdures Magra de porc amb salsa Fruita del temps
9 Arròs amb tomàquet i orenga Lluç al forn amb salsa verda amb enciam i pastanaga Fruita del temps	10 Menestra de verdures amb patata Contracuixa de pollastre al forn amb herbes i enciam amb olives Fruita del temps	11 Crema de col lombarda amb crostonets de pa Truita de carbassó amb enciam i pastanaga logurt	12 Pasta a la jardineria amb formatge Salsitxes d'au amb verduretes Fruita del temps	13 Cigrons estofats amb verdures (mongeta verda, pastanaga) Lluç arrebossat amb enciam i remolatxa Fruita del temps
16 Arròs de verdures Truita de formatge amb enciam i olives Fruita del temps	17 Mongetes blanques estofades amb verdures Pollastre rostit amb amanida Fruita del temps	18 Crema de verdures amb llenties Mandonguiles vegetals amb salsa logurt	19 Pasta napolitana Porcions de lluç amb brots verds i pastanaga Fruita del temps	20 Mongeta amb patata Salsitxa de porc amb brots verds i blat de moro Fruita del temps
23 Macarrons amb bolonyesa vegetal Hamburguesa de vedella amb enciam i blat de moro Fruita del temps	24 Menestra de verdures Pernilets de pollastre amb verdures al forn Fruita del temps	25 Arròs amb bolets Salmó amb salsa de poma al forn Fruita del temps	26 Cigrons estofats amb verdures Truita de carbassó i amanida Fruita del temps	27 Escudella Butifarra amb xips Natilla
30 FESTA	31 FESTA			

Menús revisats per dietista/nutricionista col·legiada núm.CAT001651.El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització

Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen productes de màxima qualitat. Ens basem amb les guies d'alimentació saludables de la Generalitat de Catalunya. Utilitzem oli d'oliva verge per amanir i oli de girasol altooleic per fregir. Servim pa integral 3 dies a la setmana. Utilitzem sal iodada en totes les preparacions.

Menús revisats per dietista/nutricionista col·legiada núm.CAT001651.El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització

Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen productes de màxima qualitat. Ens basem amb les guies d'alimentació saludables de la Generalitat de Catalunya. Utilitzem oli d'oliva verge per amanir i oli de girasol altooleic per fregir. Servim pa integral 3 dies a la setmana. Utilitzem sal iodada en totes les preparacions.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Pasta amb pesto d'espíncs Hamburguesa de coliflor i formatge amb borts verds i pastanaga Fruita del temps	3 Verdura tricolor (mongeta verda, pastanaga i patata) Rotllets de primavera amb brots verds i pastanaga Fruita del temps	4 Crema de bròquil i pastanga amb crostons de pa Porcions de lluç al forn amb amanida logurt	5 Estofat de llenties amb verdures Truita de patata amb enciam i olives Fruita del temps	6 Sopa d'arròs amb verdures Hamburguesa vegetal amb enciam i pastanaga Fruita del temps
9 Arròs amb tomàquet i orenga Lluç al forn amb salsa verda i enciam i pastanaga Fruita del temps	10 Menestra de verdures amb patata Hamburguesa vegana amb enciam i olives Fruita del temps	11 Crema de col lombarda amb crostons de pa Truita de carbassó amb brots verds i blat de moro logurt	12 Pasta a la jardineria amb formatge Salmó al forn amb verduretes Fruita del temps	13 Cigrons estofats amb verdures (mongeta verda, pastanaga) Lluç arrebossat amb enciam i remolatxa Fruita del temps
16 Arròs de verdures Truita de formatge amb enciam i olives Fruita del temps	17 Mongetes blanques estofades amb verdures Abadejo amb ceba i amanida Fruita del temps	18 Crema de verdures amb llenties Mandonguiles vegetals amb salsa logurt	19 Pasta napolitana Porcions de lluç al forn amb farigola i brots verds amb pastanaga Fruita del temps	20 Mongeta amb patata Hamburguesa vegana amb enciam i olives Fruita del temps
23 Crema de carbassó Macarrons amb bolonyesa vegetal Fruita del temps	24 Menestra de verdures Quinoa amb verdures Fruita del temps	25 Arròs amb bolets Salmó amb salsa de poma Fruita del temps	26 Cigrons estofats amb verdures Truita de carbassó i enciam amb pastanga Fruita del temps	27 Sopa de verdures amb pasta Lluç arreboscat amb xips Natilla
30 FESTA	31 FESTA			

Menús revisats per dietista/nutricionista col·legiada núm.CAT001651.El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització

Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen productes de màxima qualitat. Ens basem amb les guies d'alimentació saludables de la Generalitat de Catalunya. Utilitzem oli d'oliva verge per amanir i oli de girasol altooleic per fregir. Servim pa integral 3 dies a la setmana. Utilitzem sal iodada en totes les preparacions.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Pasta amb espinacs Hamburguesa d'au amb brots verds i pastanaga Fruita del temps	3 Verdura tricolor (mongeta verda, carbassa i patata) Pernilets de pollastre rostits amb ceba Fruita del temps	4 Crema de bròquil, pastanaga i patata amb crostons de pa Porcions de lluç al forn amb amanida logurt	5 Estofat de llenties amb verdures Truita de patata amb enciam i olives Fruita del temps	6 Sopa d'arròs amb verdures Magra de porc amb salsa Fruita del temps
9 Arròs amb tomàquet i orenga Lluç al forn amb salsa verda Fruita del temps	10 Menestra de verdures amb patata Contracuixa de pollastre al forn amb herbes amb enciam i olives Fruita del temps	11 Crema de col lombarda amb crostonets de pa Truita de carbassó amb enciam i pastanaga logurt	12 Pasta a la jardineria amb formatge Salsitxes d'au amb verduretes Fruita del temps	13 Cigrons estofats amb verdures (mongeta verda, pastanaga) Pollastre arrebossat sense gluten amb enciam i remolatxa Fruita del temps
16 Arròs de verdures Truita de formatge amb enciam i olives Fruita del temps	17 Mongetes blanques estofades amb verdures Pollastre rostit amb moniato Fruita del temps	18 Crema de verdures amb llenties Mandonguiles vegetals amb salsa logurt	19 Pasta napolitana Porcions de lluç al forn amb farigola i brots verds amb pastanaga Fruita del temps	20 Mongeta amb patata Salsitxa de porc amb brots verds i blat de moro Fruita del temps
23 Macarrons amb bolonyesa vegetal Hamburguesa de vedella amb enciam i blat de moro Fruita del temps	24 Menestra de verdures Pernilets de pollastre amb verdures al forn Fruita del temps	25 Arròs amb bolets Salmó amb salsa de poma al forn Fruita del temps	26 Cigrons estofats amb verdures Truita de carbassó amb enciam i pastanaga Fruita del temps	27 Escudella Butifarra amb xips VLA: Natilles vainilla
30 FESTA	31 FESTA			

Menús revisats per dietista/nutricionista col·legiada núm.CAT001651.El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització

Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen productes de màxima qualitat. Ens basem amb les guies d'alimentació saludables de la Generalitat de Catalunya. Utilitzem oli d'oliva verge per amanir i oli de girasol altooleic per fregir. Servim pa integral 3 dies a la setmana. Utilitzem sal iodada en totes les preparacions.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Pasta sense gluten amb pesto d'espinacs Hamburguesa d'au amb brots verds i pastanaga Fruita del temps	3 Verdura tricolor (mongeta verda, carbassa i patata) Pernilets de pollastre rostit amb ceba Fruita del temps	4 Crema de bròquil, pastanaga i patata Porcions de lluç al forn amb amanida logurt	5 Cigrons guisats amb verdures Truita de patata amb enciam i olives Fruita del temps	6 Sopa d'arròs amb verdures Magra amb salsa de tomàquet Fruita del temps
9 Arròs amb tomàquet i orenga Lluç al forn amb salsa verda i pastanaga logurt	10 Menestra de verdures amb patata Contracuixa de pollastre al forn amb herbes amb enciam i olives) Fruita del temps	11 Crema de col lombarda Truita de carbassó amb enciam i pastanaga Fruita del temps	12 Pasta sense gluten a la jardinera amb formatge Salsitxes d'au amb verduretes Fruita del temps	13 Cigrons estofats amb verdures (mongeta verda, pastanaga...) Pollastre arrebossat s/gluten amb enciam i remolatxa Fruita del temps
16 Arròs de verdures Truita de formatge amb enciam i olives Fruita del temps	17 Mongetes blanques estofades amb verdures Pollastre rostit amb amanida Fruita del temps	18 Crema de verdures amb llenties Mandonguilles vegetals amb salsa logurt	19 Pasta sense gluten napolitana Porcions de lluç amb brots verds i pastanaga Fruita del temps	20 Mongeta amb patata Salsitxes de porc amb brots verds i blat de moro Fruita del temps
23 Macarrons sense gluten amb bolonyesa vegetal Hamburguesa de vedella amb enciam i blat de moro Fruita del temps	24 Menestra de verdures Pernilets de pollastre amb verdures al forn Fruita del temps	25 Arròs amb bolets Salmó amb salsa de poma al forn Fruita del temps	26 Cigrons estofats amb verdures Truita de carbassó amb enciam i pastanaga Fruita del temps	27 Escudella amb pasta sense gluten Butifarra amb xips VLA: Natilles vainilla
30 FESTA	31 FESTA			

Menús revisats per dietista/nutricionista col·legiada núm.CAT001651.El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització

Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen productes de màxima qualitat. Ens basem amb les guies d'alimentació saludables de la Generalitat de Catalunya. Utilitzem oli d'oliva verge per amanir i oli de girasol altooleic per fregir. Servim pa integral 3 dies a la setmana. Utilitzem sal iodada en totes les preparacions.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Pasta amb espinacs (s/formatge) Hamburguesa d'au amb brots verds i pastanaga Fruita del temps	3 Verdura tricolor (mongeta verda, carbassa i patata) Pernilets de pollastre rostits amb ceba Fruita del temps	4 Crema de bròquil, pastanaga i patata amb crotonets de pa Porcions de lluç al forn amb amanida logurt s/lactosa	5 Estofat de llenties amb verdures Truita de patata amb enciam i olives Fruita del temps	6 Sopa d'arròs amb verdures Magra de porc amb salsa Fruita del temps
9 Arròs amb tomàquet i orenga Lluç al forn amb salsa verda amb enciam i pastanaga Fruita del temps	10 Menestra de verdures amb patata Contracuixa de pollastre al forn amb herbes amb enciam i olives Fruita del temps	11 Crema de col lombarda amb crostonets de pa Truita de carbassó amb enciam i pastanaga logurt s/lactosa	12 Pasta a la jardinera Salsitxes d'au amb verduretes Fruita del temps	13 Cigrons estofats amb verdures Pollastre arrebossat s/gluten amb enciam i remolatxa Fruita del temps
16 Arròs de verdures Truita francesa amb enciam i olives Fruita del temps	17 Mongetes blanques estofades amb verdures Pollastre rostit amb amanida Fruita del temps	18 Crema de verdures amb llenties Mandonguiles vegetals amb salsa logurt s/lactosa	19 Pasta napolitana Porcions de lluç al forn amb farigola i brots verds amb pastanaga Fruita del temps	20 Mongeta amb patata Salsitxa de porc amb brots verds i blat de moro Fruita del temps
23 Macarrons amb bolonyesa vegetal Hamburguesa de vedella amb enciam i blat de moro Fruita del temps	24 Menestra de verdures Pernilets de pollastre amb verdures al forn Fruita del temps	25 Arròs amb bolets Salmó amb salsa de poma al forn Fruita del temps	26 Cigrons estofats amb verdures Truita de carbassó i amanida Fruita del temps	27 Escudella Butifarra amb xips Gelatina
30 FESTA	31 FESTA			

Menús revisats per dietista/nutricionista col·legiada núm.CAT001651.El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització

Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen productes de màxima qualitat. Ens basem amb les guies d'alimentació saludables de la Generalitat de Catalunya. Utilitzem oli d'oliva verge per amanir i oli de girasol altooleic per fregir. Servim pa integral 3 dies a la setmana. Utilitzem sal iodada en totes les preparacions.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Pasta amb pesto d'espínacs Hamburguesa de coliflor i formatge amb brots verds i pastanaga Fruita del temps	3 Verdura tricolor (mongeta verda, pastanaga i patata) Pernilets de pollastre rostits amb ceba Fruita del temps	4 Crema de bròquil, patata i pastanaga amb crostons de pa Estofat de cigrons i patata logurt	5 Estofat de llenties amb verdures Truita de patata amb enciam i olives Fruita del temps	6 Sopa d'arròs amb verdures Magra de porc amb salsa Fruita del temps
9 Arròs amb tomàquet i orenga Magra de porc amb enciam i pastanaga rallada Fruita del temps	10 Menestra de verdures amb patata Contracuixa de pollastre al forn amb herbes i enciam amb olives Fruita del temps	11 Crema de col lombarda amb crostons de pa Truita de carbassó amb enciam i pastanaga logurt	12 Pasta a la jardineria amb formatge Salsitxes de pollastre amb verdures Fruita del temps	13 Cigrons estofats amb verdures (mongeta verda, pastanaga) Pollastre arrebossat sense gluten amb enciam i remolatxa Fruita del temps
16 Arròs de verdures Truita de formatge amb enciam i olives Fruita del temps	17 Mongetes blanques estofades amb verdures Pollastre rostit amb moniato Fruita del temps	18 Crema de verdures amb llenties Mandonguilles vegetals amb salsa logurt	19 Pasta napolitana Ous durs amb salsa de tomàquet Fruita del temps	20 Mongeta amb patata Salsitxa de porc amb brots verds i blat de moro Fruita del temps
23 Macarrons amb bolonyesa vegetal Hamburguesa de vedella amb enciam i blat de moro Fruita del temps	24 Menestra de verdures Pernilets de pollastre amb verdures al forn Fruita del temps	25 Arròs amb bolets Rotllets de primavera amb amanida Fruita del temps	26 Cigrons estofats amb verdures Truita de carbassó i amanida Fruita del temps	27 Escudella Butifarra amb xips VLA: Natilles vainilla
30 FESTA	31 FESTA			

Menús revisats per dietista/nutricionista col·legiada núm.CAT001651.El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització

Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen productes de màxima qualitat. Ens basem amb les guies d'alimentació saludables de la Generalitat de Catalunya. Utilitzem oli d'oliva verge per amanir i oli de girasol altooleic per fregir. Servim pa integral 3 dies a la setmana. Utilitzem sal iodada en totes les preparacions.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Espinacs saltejades amb allet Hamburguesa de kale i quinoa amb brots verds i pastanaga Fruita del temps	3 Verdura tricolor (mongeta verda, carbassa i patata) Rotllets de primavera amb amanida Fruita del temps	4 Crema de bròquil, patata i pastanaga amb crostons de pa Estofat de cigrons i patata Gelatina	5 Mongeta verda saltejada Estofat de llenties amb verdures Fruita del temps	6 Sopa d'arròs amb verdures Hamburguesa vegetal amb brots verds i pastanaga Fruita del temps
9 Mongetes saltejades Llenties amb arròs i tomàquet Fruita del temps	10 Menestra de verdures amb patata Mongeta blanca saltejada Fruita del temps	11 Crema de col lombarda amb crostonets de pa Pasta amb bolonyesa vegetal Gelatina	12 Verdura a la jardinera Hamburguesa vegana amb brots verds i blat de moro Fruita del temps	13 Crema de carbassó Cigrons estofats amb verdures (mongeta verda, pastanaga) Fruita del temps
16 Arròs de verdures Hamburguesa de quinoa amb enciam i olives Fruita del temps	17 Espinacs a la catalana Mongetes blanques estofades amb verdures Fruita del temps	18 Crema de verdures amb llenties Mandonguiles vegetals amb salsa Gelatina	19 Menestra de verdures amb pèsols Pasta napolitana Fruita del temps	20 Mongeta amb patata Cigrons amb tomàquet Fruita del temps
23 Crema de carbassó Macarrons amb bolonyesa vegetal Fruita del temps	24 Menestra de verdures Quinoa amb verdures Fruita del temps	25 Arròs amb bolets Rotllets de primavera amb amanida Fruita del temps	26 Bledes amb patata Cigrons estofats Fruita del temps	27 Sopa de verdures amb pasta Hamburguesa vegana amb xips Gelatina
30 FESTA	31 FESTA			

Menús revisats per dietista/nutricionista col·legiada núm.CAT001651.El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització

Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen productes de màxima qualitat. Ens basem amb les guies d'alimentació saludables de la Generalitat de Catalunya. Utilitzem oli d'oliva verge per amanir i oli de girasol altooleic per fregir. Servim pa integral 3 dies a la setmana. Utilitzem sal iodada en totes les preparacions.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Pasta al pesto d'espinacs Hamburguesa de coliflor i formatge amb brots verds i pastanaga Fruita del temps	3 Verdura tricolor (mongeta verda, carbassa i patata) Rotllets de primavera amb amanida Fruita del temps	4 Crema de bròquil, pastanaga i patata amb crostons de pa Estofat de cigrons i patata logurt	5 Estofat de llenties amb verdures Trita de patata amb enciam i olives Fruita del temps	6 Sopa d'arròs amb verdures Hamburguesa vegetal amb brots verds i pastanaga Fruita del temps
9 Mongetes saltejades Llenties amb arròs i tomàquet Fruita del temps	10 Menestra de verdures amb patata Mongeta blanca saltejada Fruita del temps	11 Crema de col lombarda amb crostons de pa Trita de carbassó amb enciam i pastanaga logurt	12 Pasta a la jardineria amb formatge Hamburguesa vegana amb brots verds i blat de moro Fruita del temps	13 Crema de carbassó Cigrons estofats amb verdures (mongeta verda, pastanaga) Fruita del temps
16 Arròs de verdures Trita de formatge amb enciam i olives Fruita del temps	17 Espinacs a la catalana Mongetes blanques estofades amb verdures Fruita del temps	18 Crema de verdures amb llenties Mandonguilles vegetals amb salsa logurt	19 Minestra de verdures Pasta napolitana Fruita del temps	20 Mongeta amb patata Cigrons amb tomàquet Fruita del temps
23 Crema de carbassó Macarrons amb bolonyesa vegetal Fruita del temps	24 Menestra de verdures Quinoa amb verdures Fruita del temps	25 Arròs amb bolets Rotllets de primavera amb amanida Fruita del temps	26 Cigrons estofats Trita de carbassó amb enciam i pastanaga Fruita del temps	27 Sopa de verdures amb pasta Hamburguesa vegetal amb xips VLN: natilles vainilla
30 FESTA	31 FESTA			

Menús revisats per dietista/nutricionista col·legiada núm.CAT001651.El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització

Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen productes de màxima qualitat. Ens basem amb les guies d'alimentació saludables de la Generalitat de Catalunya. Utilitzem oli d'oliva verge per amanir i oli de girasol altooleic per fregir. Servim pa integral 3 dies a la setmana. Utilitzem sal iodada en totes les preparacions.