



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

ESCOLA MERCÈ RODOREDA

CENTENARI GAUDI
1926-2026 - DE L'ART A LA TÀULA

FAVISME: SENSE FAVES, PÈSOLS, FRUITS SECS, MONGETA VERDA NI LÀCTICS

*EN LES ELABORACIONS QUE CONTINGUIN SALSA DE TOMÀQUET, SEMPRE S'UTILITZARÀ TOMÀQUET NATURAL.

4 Arròs integral amb salsa de tomàquet
 (*) Contra cuixa de pollastre a la planxa amb verdures saltades (carbassó i pastanaga)
 Fruita del temps

5 Cigrons estofats amb verdures (carbassa i pebrots)
 Truita francesa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
 (*) Fruita del temps

6 Patates especiades (oli, orenga i alfàbrega)
 Lluc al forn amb amanida (enciam, olives i blat de moro)
 (*) Fruita del temps

7 Crema de carbassó sense crostons ni làctics
 Llenties amb sofregit d'hortalisses (tomàquet, ceba i pastanaga)
 (*) Fruita del temps

8 **LLINGÜES DEL MÓN** *jornada Marroc*
 (*) Tabulé (cuscús, tomàquet, cogombre i menta)
 (*) Cap de llom al forn amb amanida (enciam, olives i blat de moro)
 (*) Pa de pessic sense al·lèrgens

11 (*) Sopa vegetal casolana amb pasta
 Truita de patata amb amanida (enciam, cogombre i olives)
 (*) Fruita del temps

12 Mongetes blanques estofades amb pastanaga i carbassó
 (*) Llom a la planxa amb amanida (enciam, olives i tomàquet)
 (*) Fruita del temps

13 Amanida d'arròs (ou dur, pastanaga ratllada, olives i blat de moro)
 Salmó a l'allet amb xips
 Fruita del temps

14 (*) Puré de verdures sense crostons ni làctics (carbassa i porros)
 Pernilets de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
 (*) Fruita del temps

15 (*) Bledes amb patata
 (*) Llacets amb salsa de tomàquet, ceba i tonyina
 (*) Fruita del temps

18 Arròs amb tomàquet
 Truita francesa amb pernil dolç i amanida (enciam, tomàquet i olives)
 Fruita del temps

19 Bròquil amb patata
 Estofat de gall dindi amb ceba i xampinyons
 (*) Fruita del temps

20 (*) Macarrons integrals amb oli i alfàbrega
 (*) Rap a la marinera casolana (sense pèsols)
 (*) Fruita del temps

21 Cigrons estofats amb espinacs
 Hamburguesa mixta a la planxa amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
 Fruita del temps

22 **FESTIU**

25 **FESTIU**

26 (*) Arròs a la cassola amb brou casolà (pebrots i bolets)
 Truita de tonyina amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
 (*) Fruita del temps

27 Llenties estofades amb carbassó i quinoa
 Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
 (*) Fruita del temps

28 Espaguetis integrals amb tomàquet
Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
 (*) Fruita del temps

29 (*) Tricol de verdures (coliflor, patata i pastanaga)
 Cigrons guisats amb timbal d'arròs
 (*) Fruita del temps

Maig

TRENCADÍS DE SABORS

Com Gaudí construeix amb colors, construeix el teu plat: maduixes dolces com somriures, cireres com cors vermells, albercocs daurats com pedres de sol.
 Menja de temporada i creix fort!
 L'estiu ja truca a la porta!
 Bon Profit!!

Hola, sóc CAROTET!
 Cuscús, kefta i mans netes: bon àpat amb sabor al MARROC!

Bons Habits! Recull els teus estris i ajuda a netejar: entre tots cuidem el nostre espai!

(*) EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA BLANC I AIGUA

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

Menús supervisats per Dietista-Nutricionista Col·legiada n°CAT002423

