

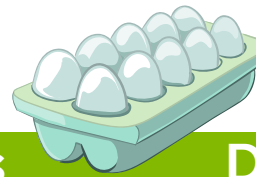
Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



Menú elaborat per la dietista nutricionista Cristina Molina col. CAT00629.

10

la mona

11

Cal. 655 / H.C. 97 / Lip. 27 / P. 12
 Arròs amb sofregit de tomàquet
 Croquetes de pernil amb enciam i olives
 Fruita fresca de temporada
 Amanida / Peix i patata / Lacti

12

Cal. 694 / H.C. 63 / Lip. 41 / P. 21
 Llenties a la jardinera
 Truita francesa amb variat d'enciams
 Fruita fresca de temporada
 Verdura / Porc i patata / Lacti

13

Cal. 497 / H.C. 52 / Lip. 19 / P. 28
 Bleda, patata i pastanaga
 Pernilets de pollastre al forn amb herbes de Provença amb enciam i moresc
 logurt natural
 Cereal / Peix i verdura / Fruita

14

Cal. 687 / H.C. 110 / Lip. 19 / P. 25
 Puré de carbassó
 Espirals amb bolonyesa vegetal
 Fruita fresca de temporada
 Llegum / Ou i amanida / Lacti



17

Cal. 962 / H.C. 133 / Lip. 40 / P. 23
 Arròs cantonés
 Nuggets de bròquil i formatge amb enciam i pastanaga
 Fruita fresca de temporada
 Verdura / Vedella i cereal int. / Lacti

18

Cal. 587 / H.C. 89 / Lip. 19 / P. 17
 Sopa d'au amb pasta
 Truita de patata i ceba amb enciam i tomàquet
 Fruita fresca de temporada
 Amanida / Au i patata / Lacti

19

Cal. 465 / H.C. 57 / Lip. 15 / P. 30
 Bijoques amb patata
 Bacallà amb tomàquet
 Fruita fresca de temporada
 Pasta / Ou i amanida / Lacti

20

Cal. 695 / H.C. 77 / Lip. 29 / P. 37
 Cigrons estofats amb hortalisses
 Estofat de porc guisat a la poma
 Fruita fresca de temporada
 Arròs / Peix i amanida / Lacti

21

Sant Jordi
 Macarrons a la Norma
 Pernilets de pollastre medieval amb patates xips
 Pastís de Sant Jordi
 Verdura / Prot.vegetal / Fruita



24

Cal. 671 / H.C. 115 / Lip. 18 / P. 19
 Puré de llegums
 Arròs amb sofregit de verdures
 Fruita fresca de temporada
 Patata / Ou i amanida / Fruita

25

Cal. 409 / H.C. 56 / Lip. 12 / P. 23
 Minestra de verdures (patata, carbassó i pastanaga)
 Pollastre a la llimona amb brots d'enciam
 Fruita fresca de temporada
 Arròs / Ou i amanida / Lacti

26

Cal. 949 / H.C. 115 / Lip. 34 / P. 38
 Fesols guisats
 Truita de formatge amb enciam i blat de moro
 Fruita fresca de temporada
 Pasta / Vedella i verdura / Lacti

27

Cal. 1069 / H.C. 78 / Lip. 66 / P. 44
 Espaguetis a la siciliana
 Sorell guisat amb ceba i pebrot
 logurt natural
 Amanida / Prot veg. i verdura / Lacti

28

faula de la descoberta
 Sopa de brou amb pasta integral
 Botifarra fresca amb enciam i remolatxa
 Fruita fresca de temporada
 Amanida / Au i verdura / Lacti



* A cicle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1  **2**  **3** 

Menú elaborat per la dietista nutricionista Cristina Molina col. CAT000629

1 Cal. 686 / H.C. 65 / Lip. 40 / P. 21
Llenties guisades amb verdures
Trita francesa amb enciam i pastanaga
Fruita fresca de temporada
Pasta / Au i verdura / Lacti

3 Cal. 690 / H.C. 83 / Lip. 29 / P. 28
Macarrons a la camperola
Lluç en salsa verda
logurt natural
Amanida / Porc i verdura / Fruita

4 Cal. 580 / H.C. 91 / Lip. 19 / P. 15
Arròs amb tomàquet
Hamburguesa de coliflor i formatge amb enciam i tomàquet
Fruita fresca de temporada
Verdura / Peix i patata / Lacti

5 Cal. 491 / H.C. 79 / Lip. 10 / P. 25
Sopa d'escudella amb galets
Pollastre rostit amb patates xips
Fruita fresca de temporada
Amanida / Llegum / Lacti

8 Cal. 321 / H.C. 52 / Lip. 10 / P. 9
Bajoques amb patata
Trita paisana amb variat d'enciams
Fruita fresca de temporada
Amanida / Ou i cereal / Lacti

9 Cal. 1095 / H.C. 115 / Lip. 55 / P. 42
Llenties guisades amb verdures
Salsitxes de porc amb enciam i olives
Fruita fresca de temporada
Verdura / Au i patata / Lacti

10 Cal. 514 / H.C. 98 / Lip. 10 / P. 13
Amanida completa (enciam, pastanaga, tomàquet, olives i espàrrecs)
Paella de verdures i cigrons
Fruita fresca de temporada
Verdura / Peix i llegum / Lacti

11 Cal. 677 / H.C. 105 / Lip. 17 / P. 30
Patates estofades
Pernilets de pollastre al forn amb llit de poma
logurt natural
Amanida / Ou i cereal int. / Fruita

12 Cal. 834 / H.C. 91 / Lip. 40 / P. 34
Macarrons integrals amb salsa formatge
Seitó arrebossat amb enciam i tomàquet
Fruita fresca de temporada
Verdura / Llegums i arròs / Lacti

15 Cal. 727 / H.C. 80 / Lip. 40 / P. 15
Purè de verdures
Arròs amb edamame, quinoa i moresc
Fruita fresca de temporada
Amanida / Peix i patata / Lacti

16 Cal. 795 / H.C. 99 / Lip. 39 / P. 18
Espaguetis amb verdures saltejades i salsa de soja
Abadejo arrebossat amb brots d'enciam
Fruita fresca de temporada
Cereal / Au i verdura / Lacti

17 Cal. 635 / H.C. 60 / Lip. 35 / P. 23
Cigrons amb col i pastanaga
Trita francesa amb enciam i pastanaga
Fruita fresca de temporada
Verdura / Vedella i cereal int. / Lacti

18 Cal. 492 / H.C. 60 / Lip. 10 / P. 42
Bròquil amb patata
Estofat de vedella a la jardinera
Fruita fresca de temporada
Amanida / Ou i arròs / Lacti

19 **jornada mexicana**
"Frigoles" guisats
Aletes de pollastre adobades amb patates grill
Jericallas
Verdura / Peix i amanida / Fruita

22 Cal. 660 / H.C. 76 / Lip. 28 / P. 17
Arròs amb tomàquet
Trita de formatge amb varietat d'enciams
logurt natural
Amanida / Au i amanida / Lacti

23 Cal. 531 / H.C. 61 / Lip. 20 / P. 31
Llenties a la jardinera
Pollastre a la farigola amb enciam i tomàquet
Fruita fresca de temporada
Verdura / Porc i pasta / Lacti

24 Cal. 561 / H.C. 56 / Lip. 25 / P. 32
Bajoques amb patata
Lluç al forn amb samfaina
Fruita fresca de temporada
Amanida / Prot.vegetal / Lacti

25 Cal. 696 / H.C. 121 / Lip. 16 / P. 24
Purè de llegums
Fideuà vegetariana
Fruita fresca de temporada
Amanida / Ou i verdura / Lacti

26 Cal. 649 / H.C. 59 / Lip. 37 / P. 20
Amanida rusa amb tonyina
Llibret de gall dindi amb formatge amb enciam i blat de moro
Fruita fresca de temporada
Cereal / vedella i amanida / Lacti

29 Cal. 473 / H.C. 47 / Lip. 21 / P. 24
Tricolor de verdures (bleda, patata i pastanaga)
Pernilets de pollastre amb enciam i olives
Fruita fresca de temporada
Llegums / Prot.veg. i amanida / Lacti

30 Cal. 891 / H.C. 125 / Lip. 35 / P. 22
Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, pastanaga i olives)
Trita de patata i ceba amb brots d'enciam
logurt natural
Verdura / Vedella i cereal / Fruita


31 Cal. 1028 / H.C. 80 / Lip. 59 / P. 48
Cigrons estofats amb carbassa
Verat guisat amb llit de patata
Fruita fresca de temporada
Cereal / Ou i amanida / Lacti

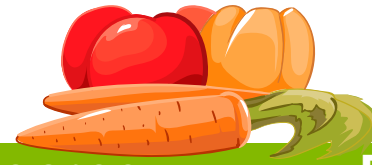
CLICA per DESCobRIR

Menú elaborat per la dietista nutricionista Cristina Molina col. CAT000629

* A cicle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un purè de verdures de temporada.





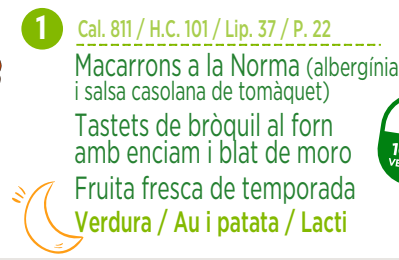
Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



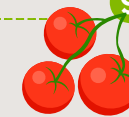
5 Cal. 772 / H.C. 88 / Lip. 39 / P. 19
 Llenties estofades
 Croquetes d'espínacs amb enciam i pastanaga
 Fruita fresca de temporada
 Verdura / Peix i patata / Lacti



6 Cal. 842 / H.C. 109 / Lip. 39 / P. 19
 Amanida de pasta (espirals, tomàquet, blat de moro i olives)
 Truita de carbassó amb brots d'enciam
 Fruita fresca de temporada
 Verdura / Au i amanida / Lacti

7 Cal. 515 / H.C. 79 / Lip. 15 / P. 21
 Arròs amb tomàquet
 Lluç guisat amb salsa verda
 Fruita fresca de temporada
 Amanida / Porc i patata / Fruita

8 Cal. 365 / H.C. 50 / Lip. 8 / P. 26
 Bijoques amb patata
 Pollastre rostit amb ceba i tomàquet
 logurt natural
 Cereal / Peix i amanida / Lacti



9 Cal. 551 / H.C. 68 / Lip. 20 / P. 27
 Puré de patates amb formatge
 Mandonguilles de gall dindi amb hortalisses
 Fruita fresca de temporada
 Verdura / Prot. veg. i amanida / Lacti

12 Cal. 606 / H.C. 106 / Lip. 11 / P. 26
 Amanida completa (enciam, pastanaga, tomàquet, olives i espàrrecs)
 Espaguetis integrals a la bolonyesa vegetal
 Fruita fresca de temporada
 Verdura / Au i patata / Lacti



13 Cal. 389 / H.C. 58 / Lip. 9 / P. 20
 Coliflor i patata
 Estofat d'au amb hortalisses
 logurt natural
 Amanida / Ou i cereal / Fruita

14 Cal. 715 / H.C. 85 / Lip. 38 / P. 13
 Arròs amb xampinyons
 Truita de pernil amb brots d'enciam
 Fruita fresca de temporada
 Verdura / Peix i patata / Lacti



15 Cal. 601 / H.C. 76 / Lip. 20 / P. 33
 Cigrons guisats
 Pollastre rostit al forn amb enciam i blat de moro
 Fruita fresca de temporada
 Cereal / Vedella i verdura / Lacti

16 Cal. 850 / H.C. 48 / Lip. 57 / P. 38
 Amanida de patata (tomàquet, blat de moro, olives i ou dur)
 Verat al forn amb salsa de tomàquet casolana
 Fruita fresca de temporada
 Amanida / Llegum / Lacti

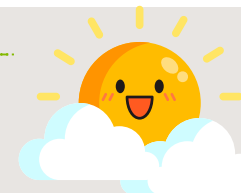
19 Cal. 841 / H.C. 90 / Lip. 43 / P. 26
 Puré de pastanaga
 Croquetes de rostit amb enciam i olives
 Fruita fresca de temporada
 Pasta / Peix i amanida / Lacti

20 Cal. 660 / H.C. 94 / Lip. 21 / P. 25
 Amanida de fesols (duo de pebrot, tomàquet, pastanaga, ceba i fesols)
 Truita de patata i ceba amb enciam i blat de moro
 Fruita fresca de temporada
 Pasta / Peix i amanida / Lacti

21 Cal. 528 / H.C. 109 / Lip. 4 / P. 19
 Bijoques amb patata
 Macarrons amb bolonyesa de llenties
 Fruita fresca de temporada
 Amanida / Au i patata / Lacti

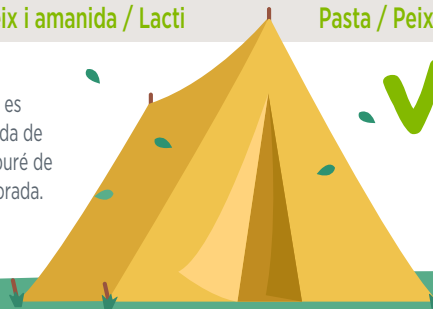


22 Final de curs
 Arròs amb tomàquet
 Hamburguesa de porc i vedella amb patates xips
 Gelat
 Amanida / Ou i cereal int. / Fruita



* A cycle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.

Vacances



Menú elaborat per la dietista nutricionista Cristina Molina col. CAT00629