



Maig 2024

“VIDA I COLOR”

Esclata en un festival de colors i alegria a la nostra taula! Els mercats s'omplen de vida, i els plats es converteixen en quadres pintats amb els pinzells de la natura.

Gaudeix de les cireres vermelles com corallets, els albercocs daurats com el sol de la tarda, i les maduixes dolces que ens fan somriure.

Cada mossegada és una aventura plena de vitamines i felicitat.

Així que, famílies, celebrem junts aquesta festa de sabors i colors, i omplim de màgia i salut els cors dels nostres infants en aquest mes florit!

Bon profit i feliç maig a tothom!



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

ESCOLA BASAL

1		2		3	
FESTIU		Llenties estofades amb verdures Mandonguilles de vedella al pomodoro amb arròs Fruita del temps <small>Amanida de tomàquet i advocat Salmó al forn amb arròs pilaf Fruita del temps</small>		Arròs blanc amb salsa de tomàquet Lluç al forn amb verdures juliana Fruita del temps <small>Sopa d'au Broqueta de gall dindi amb albergínia gratinada logurt</small>	
6		7		8	
Menestra de verdures Truita de patata amb tomàquet Fruita del temps <small>Coliflor saltada amb alls Rap al forn amb carbassa i ceba rostida logurt</small>		Crema de verdures amb crostons de pa Macarrons a la bolonyesa Fruita del temps <small>Hummus amb crostons de pastanaga Daus de vedella al forn amb verdures logurt</small>		Arròs amb salsa de tomàquet Peix blanc al forn amb salsa Fruita del temps <small>Crema de pastanaga Llenguado al forn amb all i julivert i tomàquet forn logurt amb ametlles</small>	
13		14		15	
Amanida de pasta amb pastanaga i formatge Truita a la francesa amb carbassó Fruita del temps <small>Sopa juliana Croquetes de pernil amb amanida verda logurt</small>		Menestra de verdures Hamburguesa de vedella amb amanida Fruita del temps <small>Crema de verdures Ous durs amb samfaina logurt</small>		Crema de verdures de temporada amb crostons de pa Roti de gall d'indi amb patata Fruita del temps <small>Pasta saltada amb verdures Llom a la planxa amb xips d'albergínia logurt</small>	
20		21		22	
FESTIU		Crema de verdures amb crostons de pa Mandonguilles de vedella amb salsa Fruita del temps <small>Sopa vegetal Sandwich de salmó fumat i philadelfia logurt</small>		Cous cous amb verdures Bacallà amb samfaina Fruita del temps <small>Wok de verdures Broqueta de gall dindi adobat amb cuscús logurt</small>	
27		28		29	
Crema de carbassó amb crostons de pa Croquetes de pollastre amb amanida Fruita del temps <small>Amanida mixta Pollastre a la planxa amb pebrots logurt</small>		Llenties estofades amb verdures Peix blanc al forn amb verdures Fruita del temps <small>Carxofes saltades amb pernil Peixet al forn amb amanida logurt</small>		Arròs 3 delícies Hamburguesa de vedella amb salsa de xampinyons Fruita del temps <small>Purè de carbassó i porros Quiche de verdures logurt</small>	
30		31		31	
Fideuà Truita de formatge amb amanida logurt <small>Mongeta verda saltada amb ceba Lluç a la planxa amb patates Fruita del temps</small>		Amanida de patates (tomàquet, ou dur i olives negres) Gall d'indi guisat amb bolets Fruita del temps <small>Crema de carbassa Bistec de vedella amb amanida variada logurt</small>		Bròquil, coliflor i patata Pollastre amb verdures i arròs Fruita del temps <small>Sopa de pasta Llom de porc a la planxa amb tomàquets "cherry" Fruita del temps</small>	

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar

Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 3-8 anys: Primera setmana 570 kcal, HC 66g, Lip. 18g, Prot. 36g – Segona setmana 591 kcal, HC 69g, Lip. 18.5g, Prot. 37g – Tercera setmana 581 kcal, HC 68g, Lip. 18g, Prot. 36.7g – Quarta setmana 595 kcal, HC 68g, Lip. 19g, Prot. 38g – Cinquena setmana 612 kcal, HC 71g, Lip. 20g, Prot. 37g. Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 9-13 anys: Primera setmana 738 kcal, HC 81g, Lip. 26g, Prot. 45g – Segona setmana 743 kcal, HC 78g, Lip. 27g, Prot. 47g – Tercera setmana 737 kcal, HC 79g, Lip. 26g, Prot. 46.7g – Quarta setmana 739 kcal, HC 77.8g, Lip. 28g, Prot. 43.9g. – Cinquena setmana 778 kcal, HC 82.4g, Lip. 28.7g, Prot. 47.6g.