

DILLUNS

2

Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet
Trita francesa amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
Fruita del temps i **pa integral**

9

Purè de carbassa amb crostons
Trita francesa amb pernil dolç i amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps i **pa integral**

16

Macarrons al pesto (formatge, oli i alfàbrega)
(*) Hamburguesa d'au a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)
Fruita del temps

23

Crema de carbassó amb crostons
Llacets a la bolonyesa vegetal (salsa de tomàquet, ceba i soja texturitzada)
Fruita del temps

DIMARTS

3

Paella vegetal (carxofes, pèsols i pebrots)
Salmó al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

10

Mongetes blanques guisades amb carbassó i pastanaga
Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

17

Crema de verdures (patata i pastanaga)
Ragú de gall dindi amb bolets
Fruita del temps i **pa integral**

24

Minestra de verdures (mongeta verda, coliflor, bròquil i pastanaga)
Estofat de porc amb arròs pilaf
Fruita del temps i **pa integral**

DIMECRES

4

Cigrons estofats amb carbassó
Cap de llom al forn amb salsa de xampinyons
Fruita del temps i **pa integral**

11

Arròs 3 delícies
Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

18

Patates estofades amb pebrots
Lluç a l'allet amb amanida (enciam, olives i pastanaga)
Fruita del temps i **pa integral**

25

Sopa de peix amb pasta
Trita de patata amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
Fruita del temps

DIJOS

5

Patates gratinades amb beixamel i formatge
Cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam, blat de moro i olives)
logurt natural sense sucre

12

(*) Sopa d'au amb fideus
(*) Mandonguilles d'au amb tomàquet i patates a daus
logurt natural sense sucre

19

Arròs mexicà (tomàquet, ceba, pastanaga i pèsols)
Natxos amb pollastre i formatge
Pastís de dolç de llet

26

Mongetes blanques estofades amb verdures (carbassa i ceba)
Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam, olives i pastanaga)
Fruita del temps i **pa integral**

DIVENDRES

6

Tricolor de verdures (mongeta verda, pastanaga i patata)
Llenties estofades amb arròs
Fruita del temps

13

Mongeta verda amb patata
Cigrons amb sofregit (salsa de tomàquet, ceba i pastanaga)
Fruita del temps i **pa integral**

20

Llenties guisades amb hortalisses (carbassa i pebrot vermell)
Trita de carbassó amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps

27

Arròs integral amb tomàquet
Bunyols de bacallà amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Ou de pasqua

ESCOLA SANTA COLOMA SENSE VEDELLA

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

Menús supervisats per
Dietista-Nutricionista
Col·legiada nºCAT002423

PRIMAVERA DE SUPERPODERS!

La primavera arriba amb colors màgics!
Maduixes que et fan córrer com el vent,
cireres pilotes d'energia,
espinacs que et converteixen en heroi!
Cada mossegada: una missió!
Bon profit, arquitectes de la salut!

Hola, sóc CAROTET!
Arriba la primavera: juguem, mengem sa i somriem amb energia.

Bons Hàbits! Descansa bé dormint prou hores, perquè el son reparador recarrega energies i millora l'aprenentatge.

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA I AIGUA