

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

5

Mongeta tendra amb patata  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

12  
FESTA

19

Mongeta tendra saltejada  
Espaguetis amb bolonyesa de soja  
texturitzada ECO  
Fruita

26

Arròs integrals amb salsa de tomàquet  
Peix blau\*\* amb salsa teriyaki  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

6

Sopa vegetal amb fideus  
Burrito vegetal de soja texturitzada ECO  
Patates xip  
Fruita

13

Macarrons amb salsa de tomàquet  
Calamars a la romana  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

20

Crema de pastanaga  
Ous durs amb beixamel  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

27

Crema de pastanaga  
Mongetes blanques saltejades amb  
verduretes  
Fruita

7

Arròs amb salsa de tomàquet, pèsols i  
formatge  
Peix blanc\*\* amb salsa verda  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

14

Mongeta tendra amb patata  
Pizza casolana amb bolonyesa vegetal  
de soja texturitzada ECO  
Fruita

21

Arròs amb verduretes i curri  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

28

Bròquil amb patata  
Remenat d'ou amb xampinyons  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

1

Trinxat de col i patata  
(sense bacon)  
Estofat de **pollastre\***  
logurt natural ECO sense sucre

8

**DIJOUS GRAS**  
Mongetes blanques saltejades amb all i  
julivert  
Salsitxes vegetals  
Patates fregides casolanes  
Flam

15

Arròs integral amb verduretes  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i blat de moro  
logurt natural ECO sense sucre

22

Llenties amb moniato  
**Pollastre\*** rostit  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

29

Escudella de brou vegetal  
**Pollastre\*** a l'allada  
Amanida d'enciam i remolatxa  
logurt natural ECO sense sucre

2

Llenties estofades amb hortalisses  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

9

**ÒPAT DE CARNESTOLTES**  
Purè de verdures  
Pizza casolana de cavalla  
Fruita

16

Cigrons estofats amb hortalisses  
**Pollastre\*** al curri  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

23

Col amb patata  
**Mandonguilles de vedella\*** a la  
jardinera  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Pastís d'aniversari

**\*Producte Halal**



## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire,  
entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó,  
Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org



## DILLUNS

S'utilitza pasta de blat de moro i arròs. Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. són sense gluten.

5

Mongeta tendra amb patata  
Truita de **pernil\***  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

12  
FESTA

19

Mongeta tendra saltejada  
**Espaguetis amb bolonyesa de soja texturitzada sense gluten#**  
Fruita

26

Arròs integrals amb salsa de tomàquet  
Peix blau\*\* amb salsa teriyaki  
(amb salsa de soja#)  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

## DIMARTS

\*Plat o producte sense gluten ni traces  
#Producte especial sense gluten

6

Sopa vegetal amb **fideus#**  
**Burrito vegetal de soja texturitzada sense gluten#**  
Patates xip  
Fruita

13

Macarrons amb salsa de tomàquet  
**Croquetes de mill#**  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

20

Crema de pastanaga  
Ous durs amb **beixamel#**  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

27

Crema de pastanaga  
Mongetes blanques saltejades amb **bacon\***  
Fruita

## DIMECRES

7

Arròs amb salsa de tomàquet, pèsols i formatge  
Peix blanc\*\* amb salsa verda  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

14

Mongeta tendra amb patata  
**Pizza casolana amb bolonyesa vegetal de soja texturitzada sense gluten#**  
Fruita

21

Arròs amb verdures i curri  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

28

Bròquil amb patata  
Remenat d'ou amb xampinyons  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

## DIJOUS

1

Trinxat de col i patata  
(amb **bacon\***)  
Estofat de pollastre  
logurt natural ECO sense sucre

8

**DJOUIS GRAS**  
Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
**Botifarra\*** de porc al forn  
Patates fredes casolanes  
Flam

15

Arròs integral amb verdures  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i blat de moro  
logurt natural ECO sense sucre

22

**Llenties\*** amb moniato  
Pollastre rostit  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

29

Escudella de brou  
(amb **pasta#**)  
Pollastre a l'allada  
Amanida d'enciam i remolatxa  
logurt natural ECO sense sucre

## DIVENDRES

2

**Llenties\*** estofades amb hortalisses  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

9

**ÒPAT DE CARNESTOLTES**  
Purè de verdures  
**Pizza#** casolana de cavalla  
Fruita



16

Cigrons estofats amb hortalisses  
Pollastre al curri  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

23

Col amb patata  
**Mandonguilles de vedella\*** a la jardineria  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
**Pastís d'aniversari#**

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org



## DILLUNS

S'utilitza pasta de blat de moro i arròs, que no conté traces d'ou. Es fa servir formatge ratllat sense lactosa.

5

Mongeta tendra amb patata  
Llom a la planxa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
**Fruita\***

12

FESTA

19

Mongeta tendra saltejada  
**Espaguetis#** amb **trossets de gall dindi\***  
**Fruita\***

26

Arròs integrals amb salsa de tomàquet  
**Verat (\*\*)** amb **salsa teriyaki\***  
Amanida d'enciam i pastanaga  
**Fruita\***

## DIMARTS

\*Plat o producte sense ou, préssec, kiwi, marisc, fruits secs ni traces  
**#Producte especial sense ou, préssec, kiwi, marisc ni fruits secs.**

6

Sopa vegetal amb **fideus#**  
**Burrito de pollastre\***  
Patates xip  
**Fruita\***

13

**Macarrons#** amb salsa de tomàquet  
**Croquetes de mill#**  
Amanida d'enciam i blat de moro  
**Fruita\***

20

Crema de pastanaga  
Gall dindi a la planxa  
Amanida d'enciam i olives  
**Fruita\***

27

Crema de pastanaga  
Mongetes blanques saltejades amb **bacon\***  
**Fruita\***

## DIMECRES

7

Arròs amb salsa de tomàquet, pèsols i **formatge\***  
**Rap (\*\*)** amb salsa verda  
Amanida d'enciam  
**Fruita\***

14

Mongeta tendra amb patata  
**Pizza casolana amb cavalla\***  
**Fruita\***

21

Arròs amb verduretes i curri  
**Gall de Sant Pere (\*\*)** al forn  
Amanida d'enciam i remolatxa  
**Fruita\***

28

Bròquil amb patata  
**Pannini#** de xampinyons  
Amanida d'enciam i olives  
**Fruita\***

## DIJOUS

1

Trinxat de col i patata  
**(amb bacon\*)**  
Estofat de pollastre  
logurt natural ECO sense sucre

8

**DJOUIS GRAS**  
Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
**Botifarra\*** de porc al forn  
Patates fregides casolanes  
**Crema de soja amb xocolata#**

15

Arròs integral amb verduretes  
**Fogoner (\*\*)** al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
logurt natural ECO sense sucre

22

Llenties amb moniato  
Pollastre rostit  
Amanida d'enciam i poma  
**Fruita\***

29

Escudella de brou  
**(amb pasta#)**  
Pollastre a l'allada  
Amanida d'enciam i remolatxa  
logurt natural ECO sense sucre

## DIVENDRES

2

Llenties estofades amb hortalisses  
**Pannini#** de xampinyons  
Amanida d'enciam i pastanaga  
**Fruita\***

9

**ÒPAT DE CARNESTOLTES**  
Purè de verdures  
**Pizza casolana de cavalla\***  
**Fruita\***

16

Cigrons estofats amb hortalisses  
Pollastre al curri  
Amanida d'enciam i olives  
**Fruita\***

23

Col amb patata  
**Mandonguilles\*** de vedella a la jardineria  
Amanida d'enciam i **formatge fresc\***  
**Pastís d'aniversari#**

**(\*\*) Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat. (SEMPRE SENSE TRACES DE MARISC)**



## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

**(\*\*) Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat. (SEMPRE SENSE TRACES DE MARISC)**

5

Mongeta tendra amb patata  
Truita de pernil  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

12  
FESTA

19

Mongeta tendra saltejada  
Espaguetis amb bolonyesa de soja texturitzada ECO  
Fruita

26

Arròs integrals amb salsa de tomàquet  
**Verat (\*\*)** amb salsa teriyaki  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

6

Sopa vegetal amb fideus  
Burrito vegetal de soja texturitzada ECO  
Patates xip  
Fruita

13

Macarrons amb salsa de tomàquet  
**Croquetes de mill#**  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

20

Crema de pastanaga  
Ous durs amb beixamel  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

27

Crema de pastanaga  
Mongetes blanques saltejades amb bacon  
Fruita

7

Arròs amb salsa de tomàquet, pèsols i formatge  
**Rap (\*\*)** amb salsa verda  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

14

Mongeta tendra amb patata  
Pizza casolana amb bolonyesa vegetal de soja texturitzada ECO  
Fruita

21

Arròs amb verdures i curri  
**Gall de Sant Pere (\*\*)** al forn  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

28

Bròquil amb patata  
Remenat d'ou amb xampinyons  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

1

Trinxat de col i patata  
Estofat de pollastre  
logurt natural ECO sense sucre

8

**DJOURS GRAS**

Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
Botifarra de porc al forn  
Patates fregides casolanes  
Flam

15

Arròs integral amb verdures  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i blat de moro  
logurt natural ECO sense sucre

22

Llenties amb moniato  
Pollastre rostit  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

29

Escudella de brou  
Pollastre a l'allada  
Amanida d'enciam i remolatxa  
logurt natural ECO sense sucre

2

Llenties estofades amb hortalisses  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

9

**ÒPAT DE CARNESTOLTES**

Purè de verdures  
Pizza casolana de **cavalla\***  
Fruita

16

Cigrons estofats amb hortalisses  
Pollastre al curri  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

23

Col amb patata  
Mandonguilles de vedella a la jardineria  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Pastís d'aniversari



**\*Plat o producte sense marisc ni traces**  
**#Producte espacial sense marisc**

Elaborat per dietistes-nutricionistes col·legiats

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

5

Mongeta tendra amb patata  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

12  
FESTA

19

Mongeta tendra saltejada  
Espaguetis amb **bolonyesa de soja texturitzada ECO\***  
Fruita

26

Arròs integrals amb salsa de tomàquet  
Peix blau\*\* amb salsa teriyaki  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

6

Sopa vegetal amb fideus  
**Burrito vegetal de soja texturitzada ECO\***  
**(amb formatge#)**  
Patates xip  
Fruita

13

Macarrons amb salsa de tomàquet  
**Croquetes de mill#**  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

20

Crema de pastanaga  
Ous durs amb **beixamel#**  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

27

Crema de pastanaga  
Mongetes blanques saltejades amb verdures  
Fruita

7

Arròs amb salsa de tomàquet, pèsols i **formatge#**  
Peix blanc\*\* amb salsa verda  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

14

Mongeta tendra amb patata  
**Pizza# casolana amb bolonyesa vegetal de soja texturitzada ECO\***  
**(amb base de pizza i formatge#)**  
Fruita

21

Arròs amb verdures i curri  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

28

Bròquil amb patata  
Remenat d'ou amb xampinyons  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

1

Trinxat de col i patata (sense bacon)  
Estofat de **pollastre\*\***  
**logurt sense lactosa#**

8

**DJOUS GRAS**  
Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
**Salsitxes vegetals\***  
Patates fregides casolanes  
**Crema de soja amb xocolata#**

15

Arròs integral amb verdures  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i blat de moro  
**logurt sense lactosa#**

22

Llenties amb moniato  
**Pollastre\*** rostit  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

29

Escudella de brou vegetal  
**Pollastre\*\*** a l'allada  
Amanida d'enciam i remolatxa  
**logurt sense lactosa#**

2

Llenties estofades amb hortalisses  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

9

**ÒPAT DE CARNESTOLTES**  
Purè de verdures  
**Pizza# casolana de cavalla (amb base de pizza i formatge#)**  
Fruita

16

Cigrons estofats amb hortalisses  
**Pollastre\*\*** al curri (sense llet)  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

23

Col amb patata  
**Mandonguilles de vedella\*** a la jardineria  
Amanida d'enciam i **formatge fresc#**  
**Pastís d'aniversari#**

**\*Plat o producte sense lactosa ni traces**  
**#Producte espacial sense lactosa**  
**\*\*Producte Halal**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

5

Espinacs amb patata  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

12  
FESTA

19

Bledes amb patata  
Espaguetis amb salsa de tomàquet i  
**trossets de gall dindi\***  
Fruita

26

Arròs integrals amb salsa de tomàquet  
Peix blau\*\* al forn  
(sense salsa de soja)  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

6

Sopa vegetal amb fideus  
**Burrito de pollastre\***  
Patates xip  
Fruita

13

Macarrons amb salsa de tomàquet  
Calamars a l'**andalusa#**  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

20

Crema de pastanaga  
Ous durs amb **beixamel#**  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

27

Crema de pastanaga  
Llom a la planxa  
Amanida d'enciam  
Fruita

7

Arròs amb salsa de tomàquet i formatge  
(sense pèsols)  
Peix blanc\*\* amb salsa verda  
Amanida d'enciam  
Fruita

14

Pastanaga amb patata  
**Pizza#** casolana de cavalla  
Fruita

21

Arròs amb verduretes i curri  
(sense pèsols ni mongeta tendra)  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

28

Bròquil amb patata  
Remenat d'ou amb xampinyons  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

1

Trinxat de col i patata  
(sense bacon)  
Estofat de pollastre  
(sense pèsols)  
logurt natural ECO sense sucre

8

**DIJOUS GRAS**  
Pasta bullida a les fines herbes  
Llom a la planxa  
Patates fregides casolanes  
**Flam\***

15

Arròs integral amb verduretes  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i blat de moro  
logurt natural ECO sense sucre

22

Crema de moniato  
Pollastre rostit  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

29

Escudella de brou  
(sense llegum)  
Pollastre a l'allada  
Amanida d'enciam i remolatxa  
logurt natural ECO sense sucre

2

Arròs amb verduretes  
(sense pèsols ni mongeta tendra)  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

9

**ÒPAT DE CARNESTOLTES**  
Purè de verdures  
(sense mongeta tendra)  
**Pizza#** casolana de cavalla  
Fruita

16

Patates estofades amb hortalisses  
(sense pèsols ni mongeta tendra)  
Pollastre al curri  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

23

Col amb patata  
Bistec a la planxa  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
**Pastís d'aniversari#**

**\*Plat o producte sense llegums ni traces**  
**#Producte especial sense llegums ni traces**



## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluc, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres



Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

5

Mongeta tendra amb patata  
Truita de pernil  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

12

FESTA

19

Mongeta tendra saltejada  
Espaguetis amb bolonyesa de soja  
texturitzada ECO  
Fruita

26

Arròs integrals amb salsa de tomàquet  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

6

Sopa vegetal amb fideus  
Burrito vegetal de soja texturitzada ECO  
Patates xip  
Fruita

13

Macarrons amb salsa de tomàquet  
**Croquetes de mill#**  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

20

Crema de pastanaga  
Ous durs amb beixamel  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

27

Crema de pastanaga  
Mongetes blanques saltejades amb  
bacon  
Fruita

7

Arròs amb salsa de tomàquet, pèsols i  
formatge  
Ous durs al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

14

Mongeta tendra amb patata  
Pizza casolana amb bolonyesa vegetal  
de soja texturitzada ECO  
Fruita

21

Arròs amb verdures i curri  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

28

Bròquil amb patata  
Remenat d'ou amb xampinyons  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

1

Trinxat de col i patata  
Estofat de pollastre  
logurt natural ECO sense sucre

8

**DIJOUS GRAS**

Mongetes blanques saltejades amb all i  
julivert  
Botifarra de porc al forn  
Patates fregides casolanes  
Flam

15

Arròs integral amb verdures  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i blat de moro  
logurt natural ECO sense sucre

22

Llenties amb moniato  
Pollastre rostit  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

29

Escudella de brou  
Pollastre a l'allada  
Amanida d'enciam i remolatxa  
logurt natural ECO sense sucre

2

Llenties estofades amb hortalisses  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

9

**ÒPAT DE CARNESTOLTES**

Purè de verdures  
Pizza casolana de xampinyons  
Fruita



16

Cigrons estofats amb hortalisses  
Pollastre al curri  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

23

Col amb patata  
Mandonguilles de vedella a la jardineria  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Pastís d'aniversari

**\*Plat o producte sense peix ni traces**  
**#Producte especial sense peix ni traces**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire,  
entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó,  
Palometa, Seitó entre d'altres



Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

5

Mongeta tendra amb patata  
Truita de pernil  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

12

FESTA

19

Mongeta tendra saltejada  
Espaguetis amb **bolonyesa de soja texturitzada ECO\***  
Fruita

26

Arròs integrals amb salsa de tomàquet  
Peix blau\*\* amb salsa teriyaki  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

6

Sopa vegetal amb fideus  
**Burrito vegetal de soja texturitzada ECO\***  
Patates xip  
Fruita

13

Macarrons amb salsa de tomàquet  
**Calamars a la romana\***  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

20

Crema de pastanaga  
Ous durs amb beixamel  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

27

Crema de pastanaga  
Mongetes blanques saltejades amb bacon  
Fruita

7

Arròs amb salsa de tomàquet, pèsols i formatge  
Peix blanc\*\* amb salsa verda  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

14

Mongeta tendra amb patata  
Pizza casolana amb **bolonyesa vegetal de soja texturitzada ECO\***  
Fruita

21

Arròs amb verdures i curri  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

28

Bròquil amb patata  
Remenat d'ou amb xampinyons  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

1

Trinxat de col i patata  
Estofat de pollastre  
logurt natural ECO sense sucre

8

**DJOURS GRAS**

Mongetes blanques saltejades amb all i julivert  
**Botifarra\*** de porc al forn  
Patates fregides casolanes  
Flam

15

Arròs integral amb verdures  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i blat de moro  
logurt natural ECO sense sucre

22

Crema de moniato  
Pollastre rostit  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

29

Escudella de brou  
Pollastre a l'allada  
Amanida d'enciam i remolatxa  
logurt natural ECO sense sucre

2

Arròs amb verdures  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

9

**ÒPAT DE CARNESTOLTES**

Puré de verdures  
Pizza casolana de cavalla  
Fruita

16

Cigrons estofats amb hortalisses  
Pollastre al curri  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

23

Col amb patata  
**Mandonguilles de vedella\*** a la jardineria  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Pastís d'aniversari



## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org





## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

5

Mongeta tendra amb patata  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

12  
FESTA

19

Mongeta tendra saltejada  
Espaguetis amb bolonyesa de soja  
texturitzada ECO  
Fruita

26

Arròs integrals amb salsa de tomàquet  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

6

Sopa vegetal amb fideus  
Burrito vegetal de soja texturitzada ECO  
Patates xip  
Fruita

13

Macarrons amb salsa de tomàquet  
Croquetes de mill  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

20

Crema de pastanaga  
Ous durs amb beixamel  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

27

Crema de pastanaga  
Mongetes blanques saltejades amb  
verdures  
Fruita

7

Arròs amb salsa de tomàquet, pèsols i  
formatge  
Ous durs al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita

14

Mongeta tendra amb patata  
Pizza casolana amb bolonyesa vegetal  
de soja texturitzada ECO  
Fruita

21

Arròs amb verdures i curri  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

28

Bròquil amb patata  
Remenat d'ou amb xampinyons  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

1

Trinxat de col i patata  
(sense bacon)  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam  
logurt natural ECO sense sucre

8

**DIJOUS GRAS**

Mongetes blanques saltejades amb all i  
julivert  
Salsitxes vegetals  
Patates fregides casolanes  
Flam

15

Arròs integral amb verdures  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i blat de moro  
logurt natural ECO sense sucre

22

Llenties amb moniato  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

29

Escudella de brou vegetal  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i remolatxa  
logurt natural ECO sense sucre

2

Llenties estofades amb hortalisses  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

9

**ÒPAT DE CARNESTOLTES**

Purè de verdures  
Pizza casolana de xampinyons  
Fruita

16

Cigrons estofats amb hortalisses  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

23

Col amb patata  
Mandonguilles vegetals a la jardinera  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Pastís d'aniversari



## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire,  
entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó,  
Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org

