

MES: Març 2026

ESCOLA GASPAR DE PORTOLA

Dilluns		Dimarts		Dimecres		Dijous		Divendres	
2	Arròs amb verdures <i>Tortilla francesa al horno</i> amb amanida d'enciam i pastanaga ratllada Fruita i pa VE:2.973/711 GT:15 GS:1 HC:120 AZ:29 PROT:26 SAL:1	3	Llenties estofades amb verdures Rabas de calamar amb amanida d'enciam, blat de moro i poma logurt i pa VE:3.228/772 GT:30 GS:5 HC:97 AZ:14 PROT:32 SAL:1	4	Sopa de verdures Hamburguesa de salmó al forn amb amanida de tomàquet i pastanaga Fruita (eco.) i pa integral VE:2.343/560 GT:20 GS:3 HC:82 AZ:25 PROT:19 SAL:2	5	Mongetes blanques estofades amb verdures Lluç andalús amb amanida Fruita i pa VE:2.866/686 GT:10 GS:1 HC:111 AZ:29 PROT:44 SAL:1	6	Bròquil al vapor amb patates Espaguetis integrals amb bolonyesa de soja Fruita i pa integral VE:3.582/857 GT:15 GS:1 HC:149 AZ:28 PROT:39 SAL:2
9	Mongeta verda amb patates Mandonguilles de lluç i pota al forn Fruita i pa VE:1.559/373 GT:2 GS:0 HC:79 AZ:26 PROT:10 SAL:1	10	Macarrons (integrals) amb salsa bolonyesa de soja Delícies de bacallà amb amanida d'enciam i blat de moro logurt i pa VE:4.259/1.019 GT:40 GS:6 HC:121 AZ:11 PROT:38 SAL:1	11	Llenties estofades amb verdures Truita de patata i carbassó al forn amb amanida d'enciam i cogombre Fruita i pa integral VE:3.145/752 GT:22 GS:3 HC:121 AZ:28 PROT:27 SAL:1	12	Coliflor al allet Rotllet de primavera amb amanida Fruita i pa VE:2.370/567 GT:15 GS:1 HC:99 AZ:46 PROT:15 SAL:1	13	FESTA LLIURE DISPOSICIÓ
16	Llenties (eco) amb verdures Lluç andalús amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita i pa VE:3.082/737 GT:17 GS:2 HC:117 AZ:25 PROT:35 SAL:1	17	Bròquil al vapor amb patates Paella de verdures logurt i pa VE:2.614/625 GT:20 GS:4 HC:89 AZ:26 PROT:19 SAL:1	18	Espaguetis amb salsa bolonyesa de soja <i>Tortilla francesa al horno</i> amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita i pa integral VE:3.703/886 GT:21 GS:1 HC:133 AZ:27 PROT:46 SAL:2	19	Crema de carbassó Hamburguesa vegana amb amanida d'enciam i olives Fruita i pa VE:2.930/701 GT:23 GS:3 HC:102 AZ:30 PROT:19 SAL:1	20	Cigrons amb verdures Truita de patates i carbassó amb amanida Fruita i pa integral VE:3.229/772 GT:18 GS:2 HC:124 AZ:36 PROT:36 SAL:1
23	Patates a la riojana Llenguadina al forn amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita (eco.) i pa VE:2.905/695 GT:22 GS:5 HC:97 AZ:21 PROT:34 SAL:1	24	Sopa de verdures Truita de patata i carbassó al forn amb amanida d'enciam i olives logurt i pa VE:2.458/588 GT:24 GS:7 HC:71 AZ:14 PROT:18 SAL:2	25	Puré de carbassa Hamburguesa de salmó al forn amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa integral VE:2.052/491 GT:12 GS:1 HC:85 AZ:28 PROT:18 SAL:2	26	Mongetes blanques estofades amb verdures Truita de carbassó amb amanida d'enciam i pastanaga ratllada Fruita i pa VE:3.272/783 GT:22 GS:3 HC:120 AZ:32 PROT:30 SAL:1	27	Macarrons carbonara Lluç andalús amb amanida Natilles i pa integral VE:3.321/794 GT:23 GS:4 HC:110 AZ:24 PROT:42 SAL:2
30	VACANCES SETMANA SANTA	31	VACANCES SETMANA SANTA						MENU NO CARN