

DILLUNS

1
Festa

DIMARTS

2
Arròs integral amb salsa de tomàquet
Croquetes de bacallà
Guarnició de pastanaga i olives
logurt natural ECO sense sucre

DIMECRES

3
Crema de carbassó
Burrito amb bolonyesa de soja ECO
Fruita

DIJOUS

4
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Trita a la francesa
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

DIVENDRES

5
Tortel-linis de formatge amb salsa de tomàquet
Peix blanc** amb salsa verda
Amanida d'enciam i remolatxa
Macedònia de fruita

8
Crema de pèsols
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

9
Cigrons saltejats amb sofregit
Daus de gall dindi adobats
Amanida d'enciam i col llombarda
logurt natural ECO sense sucre

10
Arròs amb verduretes i formatge
Peix blanc** arrebossat
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

11
Puré de verdures
Pollastre al forn amb salsa de taronja
Patata al caliu
Fruita

12
Gratinat de coliflor
Espaguetis amb bolonyesa de carn de vedella
Fruita

15
Col i patata
Peix blanc** al forn
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

16
Minestra de verdures amb patata
Trita de formatge
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

17
Crema de porros
Espaguetis amb bolonyesa de soja ECO
Formatge ratllat
Fruita

18
Arròs saltejat amb xampinyons
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

19
Crema suau de lleties amb carbassa i pastanaga
Pollastre a les fines herbes
Patates xips
Fruita

22
Arròs integral amb salsa de tomàquet
Peix blau** al forn
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

23
ÀPAT DE SANT JORDI



Sopa brou vegetal de lletres
Vedella arrebossada
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Crema catalana

24
Lenties amb picada d'all i julivert
Pollastre a l'allada
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

25
Bròquil amb patata
Ous durs amb salsa de tomàquet
Amanida d'enciam i olives
Fruita

26
Crema de llegums
Daus de gall dindi adobats
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

29
Arròs amb verduretes
Peix blanc** a l'andalusa casolans
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

30
Cigrons saltejats amb sofregit
Trita de formatge
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

****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

1
Festa

DIMARTS

2
Arròs integral amb salsa de tomàquet
Croquetes de bacallà
Guarnició de pastanaga i olives
logurt natural ECO sense sucre

DIMECRES

3
Crema de carbassó
Burrito amb bolonyesa de soja ECO
Fruita

DIJOUS

4
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Trita a la francesa
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

DIVENDRES

5
Tortel-linis de formatge amb salsa de tomàquet
Peix blanc** amb salsa verda
Amanida d'enciam i remolatxa
Macedònia de fruita

8
Crema de pèsols
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

9
Cigrons saltejats amb sofregit
Daus de gall dindi adobats
Amanida d'enciam i col llombarda
logurt natural ECO sense sucre

10
Arròs amb verduretes i formatge
Peix blanc** arrebossat
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

11
Puré de verdures
Pollastre al forn amb salsa de taronja
Patata al caliu
Fruita

12
Gratinat de coliflor
Espaguetis amb bolonyesa de carn de vedella
Fruita

15
Col i patata
Peix blanc** al forn
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

16
Minestra de verdures amb patata
Trita de formatge
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

17
Crema de porros
Espaguetis amb bolonyesa de soja ECO
Formatge ratllat
Fruita

18
Arròs saltejat amb xampinyons
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

19
Crema suau de lleties amb carbassa i pastanaga
Pollastre a les fines herbes
Patates xips
Fruita

22
Arròs integral amb salsa de tomàquet
Peix blau** al forn
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

23
ÀPAT DE SANT JORDI



Sopa brou vegetal de lletres
Vedella arrebossada
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Crema catalana

24
Lenties amb picada d'all i julivert
Pollastre a l'allada
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

25
Bròquil amb patata
Ous durs amb salsa de tomàquet
Amanida d'enciam i olives
Fruita

26
Crema de llegums
Daus de gall dindi adobats
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

29
Arròs amb verduretes
Peix blanc** a l'andalusa casolans
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

30
Cigrons saltejats amb sofregit
Trita de formatge
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

****La Vedella, el Pollastre i Gall dindi és de garantia certificada Halal.**

****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

1
Festa

8
Crema de pèsols
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

15
Col i patata
Gall dindi a la planxa
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

22
Arròs integral amb salsa de tomàquet
Trita a la francesa
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

29
Arròs amb verdures
Formatge edam arrebossat
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita


DIMARTS

2
Arròs integral amb salsa de tomàquet
Croquetes de mill#
Guarnició de pastanaga i olives
logurt natural ECO sense sucre

9
Cigrons saltejats amb sofregit
Daus de gall dindi adobats
Amanida d'enciam i col llombarda
logurt natural ECO sense sucre

16
Minestra de verdures amb patata
Trita de formatge
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

23
ÀPAT DE SANT JORDI

Sopa de lletres 
Vedella arrebossada
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Crema catalana

30
Cigrons saltejats amb sofregit
Trita de pernil
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

DIMECRES

3
Crema de carbassó
Burrito amb bolonyesa de soja ECO
Fruita

10
Arròs amb verdures i formatge
Formatge edam arrebossat
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

17
Crema de porros
Espaguetis amb bolonyesa de soja ECO
Formatge ratllat
Fruita

24
Lenties amb picada d'all i julivert
Pollastre a l'allada
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

DIJOUS

4
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Trita a la francesa
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

11
Puré de verdures
Pollastre al forn amb salsa de taronja
Patata al caliu
Fruita

18
Arròs saltejat amb xampinyons
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

25
Bròquil amb patata
Ous durs amb salsa de tomàquet
Amanida d'enciam i olives
Fruita

DIVENDRES

5
Tortel-linis de formatge* amb salsa de tomàquet
Peix blanc** amb salsa verda
Amanida d'enciam i remolatxa
Macedònia de fruita

12
Gratinat de coliflor
Espaguetis amb bolonyesa de carn
Fruita

19
Crema suau de lleties amb carbassa i pastanaga
Pollastre a les fines herbes
Patates xips
Fruita

26
Crema de llegums
Daus de gall dindi adobats
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

***Plat o producte sense peix ni marisc, ni traces. Revisar etiquetatge.**
#Producte especial sense peix.

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

1
Festa

8

Crema de pèsols
Truita sense ou amb farina de cigró
farcida de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

15

Col i patata
Peix blanc** al forn
Amanida d'enciam i **formatge*** fresc
Fruita

22

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Peix blau** al forn
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

29

Arròs amb verdures
Peix blanc** a l'**andalusa#** casolans
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

DIMARTS

2

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Croquetes de mill#
Guarnició de pastanaga i olives
logurt natural ECO sense sucre


9

Cigrons saltejats amb sofregit
Daus de gall dindi adobats
Amanida d'enciam i col llombarda
logurt natural ECO sense sucre

16

Minestra de verdures amb patata
Truita sense ou amb farina de cigró
farcida de cavalla (**sense** maionesa)
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

23

APAT DE SANT JORDI 
Sopa de **lletres#**
Vedella **arrebossada#**
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Crema de soja (sabor xocolata)#

30

Cigrons saltejats amb sofregit
Truita sense ou amb farina de cigró
farcida de **pernil***
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

DIMECRES

3

Crema de carbassó
Burrito* amb bolonyesa de soja ECO
Fruita

10

Arròs amb verdures i **formatge***
Peix blanc** **arrebossat#**
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

17

Crema de porros
Espaguetis# amb bolonyesa de soja
ECO
Formatge ratllat
Fruita

24

Patates amb picada d'all i julivert
Pollastre a l'allada
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

***Plat o producte sense ou, lletresni traces. Revisar etiquetatge.**
#Plat o producte especial sense ou ni lletres.

DIJOUS

4

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita sense ou amb farina de cigró
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

11

Puré de verdures
Pollastre al forn amb salsa de taronja
Patata al caliu
Fruita

18

Arròs saltejat amb xampinyons
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

25

Bròquil amb patata
Truita sense ou amb farina de cigró
Amanida d'enciam i olives
Fruita

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

DIVENDRES

5

Espirals# amb salsa de tomàquet
Peix blanc** amb salsa verda
Amanida d'enciam i remolatxa
Macedònia de fruita

12

Gratinat* de coliflor
Espaguetis# amb bolonyesa de carn
Fruita

19

Crema# suau amb carbassa i pastanaga (**sense** lletres)
Pollastre a les fines herbes
Patates xips
Fruita

26

Crema# de llegums (**sense** lletres)
Daus de gall dindi adobats
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

****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

1
Festa

8
Crema de pèsols
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

15
Col i patata
Peix blanc** al forn
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

22
Arròs integral amb salsa de tomàquet
Peix blau** al forn
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

29
Arròs amb verdures
Peix blanc** a l'andalusa casolans
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

DIMARTS

2
Arròs integral amb salsa de tomàquet
Croquetes de pollastre*
Guarnició de pastanaga i olives
logurt natural ECO sense sucre

9
Cigrons saltejats amb sofregit
Daus de gall dindi adobats
Amanida d'enciam i col llombarda
logurt natural ECO sense sucre

16
Minestra de verdures amb patata
Trita de formatge
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

23
ÒPAT DE SANT JORDI

Sopa de lletres
Librets de pernil i formatge*
Amanida d'enciam
(sense pipes de gira-sol)
Crema catalana*

30
Cigrons saltejats amb sofregit
Trita de **pernil***
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

DIMECRES

3
Crema de carbassó
Burrito* amb bolonyesa de **picada de seitán i tofu***
Fruita

10
Arròs amb verdures i formatge
Peix blanc** arrebossat
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

17
Crema de porros
Espaguetis amb bolonyesa de **picada de seitán i tofu***
Formatge ratllat
Fruita

24
Llenties amb picada d'all i julivert
Pollastre a l'allada
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

DIJOUS

4
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Trita a la francesa
Amanida d'enciam
(sense pipes de gira-sol)
Fruita

11
Puré de verdures
Pollastre al forn amb salsa de taronja
Patata al caliu
Fruita

18
Arròs saltejat amb xampinyons
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

25
Bròquil amb patata
Ous durs amb salsa de tomàquet
Amanida d'enciam i olives
Fruita

***Plat o producte sense fruits secs, ni traces. Revisar etiquetatge.**
#Plat o producte especial sense fruits secs.

DIVENDRES

5
Tortel·linis de formatge* amb salsa de tomàquet
Peix blanc** amb salsa verda
Amanida d'enciam i remolatxa
Macedònia de fruita

12
Gratinat de coliflor
Espaguetis amb bolonyesa de carn
Fruita

19
Crema suau de llenties amb carbassa i pastanaga
Pollastre a les fines herbes
Patates xips
Fruita

26
Crema de llegums
Daus de gall dindi adobats
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

****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

1
Festa

8
Crema de pèsols
Truita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

15
Col i patata
Peix blanc** al forn
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

22
Arròs integral amb salsa de tomàquet
Peix blau** al forn
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

29
Arròs amb verdures
Peix blanc** a l'andalusa casolans
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

DIMARTS

2
Arròs integral amb salsa de tomàquet
Croquetes de pollastre*
Guarnició de pastanaga i olives
logurt natural ECO sense sucre

9
Cigrons saltejats amb sofregit
Daus de gall dindi adobats
Amanida d'enciam i col llombarda
logurt natural ECO sense sucre

16
Minestra de verdures amb patata
Truita de formatge
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

23
ÒPAT DE SANT JORDI

Sopa de lletres
Librets de pernil i formatge*
Amanida d'enciam
(sense pipes de gira-sol)
Crema catalana*

30
Cigrons saltejats amb sofregit
Truita de **pernil***
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

DIMECRES

3
Crema de carbassó
Burrito amb bolonyesa de **picada de seitán i tofu***
Fruita

10
Arròs amb verdures i formatge
Peix blanc** arrebossat
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

17
Crema de porros
Espaguets amb bolonyesa de **picada de seitán i tofu***
Formatge ratllat
Fruita

24
Llenties amb picada d'all i julivert
Pollastre a l'allada
Amanida d'enciam i germinats
Fruita

DIJOUS

4
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita a la francesa
Amanida d'enciam
(sense pipes de gira-sol)
Fruita

11
Puré de verdures
Pollastre al forn amb salsa de taronja
Patata al caliu
Fruita

18
Arròs saltejat amb xampinyons
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

25
Bròquil amb patata
Ous durs amb salsa de tomàquet
Amanida d'enciam i olives
Fruita

***Plat o producte sense fruits secs, ni traces. Revisar etiquetatge.**
#Plat o producte especial sense fruits secs.

DIVENDRES

5
Tortel·linis de formatge* amb salsa de tomàquet
Peix blanc** amb salsa verda
Amanida d'enciam i remolatxa
Macedònia de fruita

12
Gratinat de coliflor
Espaguets amb bolonyesa de carn magra de porc
Fruita

19
Crema suau de llenties amb carbassa i pastanaga
Pollastre a les fines herbes
Patates xips
Fruita

26
Crema de llegums
Daus de gall dindi adobats
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

****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@fundesplai.org



DILLUNS

1
Festa

8

Crema de pèsols
Truita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita*

15

Col i patata
Peix blanc** al forn
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita*

22

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Peix blau**(Verat*) al forn
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita*

29

Arròs amb verdures
Peix blanc**(Gall de Sant Pere*) a l'andalusa casolans
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita*

DIMARTS

2

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Croquetes de pollastre*
Guarnició de pastanaga i olives
logurt natural ECO sense sucre

9

Cigrons saltejats amb sofregit
Daus de gall dindi adobats
Amanida d'enciam i col llombarda
logurt natural ECO sense sucre

16

Minestra de verdures amb patata
Truita de formatge
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

23

ÒPAT DE SANT JORDI 
Sopa de lletres
Librets de pernil i formatge*
Amanida d'enciam
(sense pipes de gira-sol)
Crema catalana*

30

Cigrons saltejats amb sofregit
Truita de **pernil***
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita*

DIMECRES

3

Crema de carbassó
Burrito amb bolonyesa de **picada de seitán i tofu***
Fruita*

10

Arròs amb verdures i formatge
Peix blanc**(Gall de Sant Pere*)
arrebossat
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita*

17

Crema de porros
Espaguetis amb bolonyesa de **picada de seitán i tofu***
Formatge ratllat
Fruita*

24

Llenties amb picada d'all i julivert
Pollastre a l'allada
Amanida d'enciam i germinats
Fruita*

DIJOUS

4

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita a la francesa
Amanida d'enciam
(sense pipes de gira-sol)
Fruita*

11

Puré de verdures
Pollastre al forn amb salsa de taronja
Patata al caliu
Fruita*

18

Arròs saltejat amb xampinyons
Peix fresc de mercat (**Rap***)
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita*

25

Bròquil amb patata
Ous durs amb salsa de tomàquet
Amanida d'enciam i olives
Fruita*

***Plat o producte sense fruits secs, marisc, pinya ni traces. Revisar etiquetatge.**
#Plat o producte especial sense fruits secs ni marisc ni pinya.

DIVENDRES

5

Tortel-linis de formatge* amb salsa de tomàquet
Peix blanc**(Fogoner*) amb salsa verda
Amanida d'enciam i remolatxa
Macedònia de fruita*

12

Gratinat de coliflor
Espaguetis amb bolonyesa de carn
Fruita*

19

Crema suau de llenties amb carbassa i pastanaga
Pollastre a les fines herbes
Patates xips
Fruita*

26

Crema de llegums
Daus de gall dindi adobats
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita*

****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

1
Festa

DIMARTS

2
Arròs integral amb salsa de tomàquet
Croquetes de mill
Guarnició de pastanaga i olives
Iogurt natural ECO sense sucre

DIMECRES

3
Crema de carbassó
Burrito amb bolonyesa de soja ECO
Fruita

DIJOUS

4
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Trita a la francesa
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

DIVENDRES

5
Tortel·linis de formatge* amb salsa de tomàquet
Tofu amb salsa verda
Amanida d'enciam i remolatxa
Macedònia de fruita

8
Crema de pèsols
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

9
Amanida completa amb formatge fresc, tomàquet, poma i col llombarda
Cigrons saltejats amb sofregit
Iogurt natural ECO sense sucre

10
Arròs amb verdures i formatge
Formatge edam arrebossat
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

11
Purè de verdures
Tofu al forn amb salsa de taronja
Patata al caliu
Fruita

12
Gratinat de coliflor
Espaguetis amb bolonyesa de soja
Fruita

15
Col i patata
Tofu amb verdures
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita


16
Minestra de verdures amb patata
Trita de formatge
Amanida d'enciam i olives
Iogurt natural ECO sense sucre

17
Crema de porros
Espaguetis amb bolonyesa de soja ECO
Formatge ratllat
Fruita

18
Arròs saltejat amb xampinyons
Trita a la francesa
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

19
Crema suau de lleties amb carbassa i pastanaga
Hamburguesa vegetal de llegums
Patates xips
Fruita

22
Arròs integral amb salsa de tomàquet
Trita a la francesa
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

23
ÀPAT DE SANT JORDI 
Sopa amb brou vegetal de lletres
Formatge edam arrebossat
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Crema catalana

24
Amanida completa amb enciam, tomàquet, pastanaga, poma i nous
Lleties amb picada d'all i julivert
Fruita

25
Bròquil amb patata
Ous durs amb salsa de tomàquet
Amanida d'enciam i olives
Fruita

26
Crema de llegums
Tofu amb verdures
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

29
Arròs amb verdures
Formatge edam arrebossat
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

30
Cigrons saltejats amb sofregit
Trita de formatge
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
Iogurt 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

