



MENÚ JUNY 2025/26

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
AMANIDA DE PASTA INTEGRAL	PATATA I MONGETA VERDA	ARRÒS INTEGRAL AMB XAMPINYONS	CREMA D'ESPÀRRECS	EMPEDRAT DE MONGETS
TRUITA DE CARBASSÓ	RAP AL PAPILOTE	RODÓ DE GALL D'INDI AL FORN	LLUÇ AL FORN	LLIBRETS DE LLOM
-	AMB VERDURES	AMB CEBA I PASTANGA	AMB XIPS DE MONIATO	-
FRUITA DE PROXIMITAT	FRUITA DE PROXIMITAT	FRUITA DE PROXIMITAT	FRUITA DE PROXIMITAT	IOGURT
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
CREMA DE VERDURES	MONGETA SECA AMB CARBASSÓ	PASTA INTEGRAL AMB GAMBETES	NYOQUIS AL PESTO	AMANIDA D'ARRÒS INTEGRAL
REMENAT D'OUS	CUIXA DE POLLASTRE	BUNYOLS DE BACALLÀ	HAMBURGUESA DE VEDELLA	CROQUETES DE POLLASTRE
AMB AMANIDA	AMB CANONGES I OLIVES	AMB AMANIDA	AMB CANONGES I OLIVES	-
FRUITA DE PROXIMITAT	FRUITA DE PROXIMITAT	IOGURT	FRUITA DE PROXIMITAT	FRUITA DE PROXIMITAT
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
PURÉ DE PATATA	MENESTRE DE VERDURA	CIGRONS AMB ESPINACS	AMANIDA AMB FORMATGE FRESC	MENÚ ESPECIAL
TRUITA AMB PERNIL	CALAMARS A LA PLANXA	POLLASTRE AL FORN	SALMÓ AL PAPILOTE	
AMB TOMATA XERRI	AMB AMANIDA	-	-	
FRUITA DE PROXIMITAT	FRUITA DE PROXIMITAT	FRUITA DE PROXIMITAT	FRUITA DE PROXIMITAT	

Per a què una dieta sigui variada i equilibrada cal que la mida de les racions sigui l'adequada a l'edat i gana de cada persona. Si el/la nostre/a fill/a s'atipa de sopa no tindrà gana pel remenat; si a la nostra filla li posem un tall massa gran de carn, no li quedarà gana per a les postres. El que atipa no és la varietat sinó les quantitats massa grans. **MENJAR BÉ NO VOL DIR MENJAR MOLT; MENGEM BÉ QUAN MENGEM DE TOT, BEN VARIAT**; per això hem de respectar les necessitats i ritmes de l'infant i ajudar-los a que aprenguin a menjar, fent que els àpats siguin plaents i agradables.

LES AMANIDES ÉS MILLOR VARIAR LES FULLES COM ELS BROTS TENDRES, LES CANONGES, UNA MICA DE RÚCULA, farà que els infants provin més aliments i no serà sempre la fulla d'enciam.
La pasta, sempre que es vulgui es pot posar una mica de formatge rallat, millor mozzarella. El pa d'acompanyament sempre serà integral



NºCAT002285