

MENÚS MENJADOR

Escola Bora Gran

curs 2025-2026

MENÚS PRIMAVERA-ESTIU

DEL 08 SETEMBRE AL 31 D'OCTUBRE
I DEL 1 D'ABRIL AL 19 DE JUNY. CURS 25-26

	MENÚ A	MENÚ B	MENÚ C	MENÚ D
DI	Arc de sant martí (enciam, pebrot vermell i groc, pastanaga ratllada, tomàquet cherry i alvocat) Hamburguesa de vedella i puré de patata logurt natural	Amanida Tricolor (Enciam, tomàquet cherry i pastanaga ratllada) Fideuà amb sípia i gambes Fruita	Crema de verdures (carbassó, pastanaga, patata, porro, ceba) Pit de gall d'indi (a la planxa acompanyat de brots, pomai panses) logurt natural	Amanida de patata (patata,mongeta tendre, olives, ou dur, i pastanaga) Llom a la planxa Fruita
Dm	Amanida de mongeta seca (tomàquet, ceba tendre, pastanaga ratllada) Filet de lluç a la planxa (acompanyat de bròquilamanit amb oli d'oliva verge) Flam casolà	Verdura (Mongeta tendre i patata amb oli d'oliva) Pollastre arrebossat (acompanyat de tomàquet cherry, cogombre i olives) Fruita	Tabulé (cuscús amb tomàquet, pebrot vermell i olives) Pernilets de pollastre (rostit amb pastanaga, ceba i alls) Fruita	Amanida tropical (enciam, pinya i pastanaga ratllada) Espirals amb salsa de tonyina Fruita
Dc	Verdura (patata, mongeta tendre i pastanaga) Truita Francesa (acompanyada d'enciam i blat de moro) Fruita	Meló amb pernil Amanida russa (pèsol, pastanaga, patata, ou dur i tonyina) logurt Natural	Pèsols saltejats (amb pernil salat) Truita de patata i ceba Fruita	Arròs (amb salsa de tomàquet) Truita de carbassó i pernil salat logurt Natural
Dj	Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga i cocombre Pollastre planxa (acompanyat de patata al forn) Fruita	Truita francesa Llenties (amb arròs, ceba, pastanaga i tonyina) Fruita	Cigrons amb verdures saltejades Filet de lluç a la planxa (amb ceba caramel·litzada) Flam casolà	Amanida de llenties (pastanaga, pebrot vermell, verd i groc) Bacallà amb tomata Fruita
Dv	Amanida semàfor (tomàquet, blat de moro i cogombre) Croquetes de pollastres (acompanyades d'arròs amb verdures saltejades) Fruita	Amanida Fresca (Brots, poma, olives, panses) Macarrons (a la bolonyesa i formatge ratllat) Fruita	Amanida (Enciam, olives, tomata, nous) Paella d'arròs (verdures, pollastre i gambetes) Fruita	Amanida de pasta (cogombre, tomàquet, blat de moro i olives) Gall d'indi planxa Fruita

Setembre 2025						Octubre 2025						Abril 2026						Maig 2026						Juny 2026					
dl	dm	dc	dj	dv		dl	dm	dc	dj	dv		dl	dm	dc	dj	dv		dl	dm	dc	dj	dv		dl	dm	dc	dj	dv	
A	1	2	3	4	5	A			1	2	3	A			1	2	3	A				1		B	1	2	3	4	5
B	8	9	10	11	12	B	6	7	8	9	10	B	6	7	8	9	10	B	4	5	6	7	8	C	8	9	10	11	12
C	15	16	17	18	19	C	13	14	15	16	17	C	13	14	15	16	17	C	11	12	13	14	15	C	15	16	17	18	19
D	22	23	24	25	26	D	20	21	22	23	24	D	20	21	22	23	24	D	18	19	20	21	22	A	22	23	24	25	26
A	29	30				A	27	28	29	30	31	A	27	28	29	30		A	25	26	27	28	29	B	29	30			

MENÚS TARDOR-HIVERN

DEL 1 DE NOVEMBRE AL 30 DE MARÇ. CURS 24-25

	MENÚ A	MENÚ B	MENÚ C	MENÚ D
DI	Sopa de fideus Croquetes de pollastre (acompanyades de bròquil amanits amb oli d'oliva verge) Fruita	Crema de Carbassa Truita Francesa (acompanyada de brots, poma i panses) Fruita	Amanida semàfor (tomàquet, blat de moro i cogombre) Espaguetis (amb bolonyesa de tonyina) Fruita	Amanida Nemo (taronja, pastanaga ratllada i tomàquet cherry) Espirals (amb bolonyesa de lleties i formatge ratllat) Fruita
Dm	Cigrons estofats Filet de lluç (a la planxa amb ceba caramel·litzada) Fruita	Arròs amb salsa de tomàquet. Bacallà (amb all i julivert, acompanyat de brots i pastanaga ratllada) Fruita	Cigrons (bullits amanits amb oli d'oliva verge) Truita de patata i ceba logurt natural	Crema de verdures (ceba, pastanaga, porro, carbassó, patata i iogurt) Filet de gall d'indi (a la planxa acompanyat de brots, tomàquet cherry i pastanaga) logurt natural
Dc	Verdura (Patata i mongeta tendre) Pernils de pollastre rostit (acompanyats de pastanaga, ceba i alls) Flam casolà	Cuscús (amb sofregit ceba, pastanaga i pebrot) Pit de pollastre (acompanyats de xampinyons saltejats amb ceba) logurt natural	Crema de verdures (ceba, pastanaga, porro, carbassó i carbassa/moniato). Filet de lluç (a la planxa i salsa verda.) Fruita	Amanida Semàfor (Tomaquet cherry, pebrot groc i cogombre) Pernillets de pollastre rostits (acompanyats de patata, moniato, ceba i pastanagaal forn) Fruita
Dj	Amanida Tricolor (Enciam, tomàquet cherry i pastanaga ratllada) Macarrons (a la bolonyesa i formatge ratllat) Fruita	Escudella de pistons. Carn d'olla (patata, pilota i pastanaga). Fruita	Mongetes seques (amb picada d'all i julivert) botifarra de pagès Flam casolà	Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols, pernil dolç i ou dur) Bacallà amb tomàquet Fruita
Dv	Arròs Blanc Mandonguilles amb salsa Fruita	Pèsols (amb picada de ceba) Hamburguesa de vedella (acompanyada de patates i moniato al forn) Fruita	Amanida Fresca (Brots, poma, olives, panses) Paella d'arròs (verdures, pollastre i gambetes) Fruita	Amanida (Brots, olives, tomàquet cherry, nous) Mandonguilles (amb pèsols, pastanaga) Fruita

Novembre 2025						Desembre 2025						Gener 2026						Febrer 2026						Març 2026					
dl	dm	dc	dj	dv		dl	dm	dc	dj	dv		dl	dm	dc	dj	dv		dl	dm	dc	dj	dv		dl	dm	dc	dj	dv	
A	3	4	5	6	7	A	1	2	3	4	5	A				1	2	B	3	4	5	6	7	B	2	3	4	5	6
B	10	11	12	13	14	B	8	9	10	11	12	B	5	6	7	8	9	C	10	11	12	13	14	C	9	10	11	12	13
C	17	18	19	20	21	C	15	16	17	18	19	C	12	13	14	15	16	D	17	18	19	20	21	D	16	17	18	19	20
D	24	25	26	27	28	D	22	23	24	25	26	D	19	20	21	22	23	A	24	25	26	27	28	A	23	24	25	26	27
												A	26	27	28	29	30							B	30	31			

BENVOLGUDES FAMÍLIES,

L'ALIMENTACIÓ ÉS UN PILAR FONAMENTAL EN EL CREIXEMENT I EL DESENVOLUPAMENT DELS INFANTS. A L'ETAPA DE 3 A 11 ANYS, ELS NENS I LES NENES NO NOMÉS NECESSITEN ENERGIA PER JUGAR, APRENDRE I CRÉIXER, SINÓ TAMBÉ NUTRIENTS DE QUALITAT QUE CONTRIBUEIXIN AL BON FUNCIONAMENT DEL SEU COS I DE LA SEVA MENT. UNA ALIMENTACIÓ EQUILIBRADA AJUDA A PREVENIR PROBLEMES DE SALUT, AFAVOREIX LA CONCENTRACIÓ A L'AULA, MILLORA EL RENDIMENT ESCOLAR I TRANSMET HÀBITS SALUDABLES QUE ELS ACOMPANYARAN TOTA LA VIDA.

PER AQUEST MOTIU, DES DE L'AFA DE L'ESCOLA BORA GRAN TREBALLEM PER GARANTIR QUE ELS MENÚS DEL MENJADOR ESCOLAR ESTIGUIN ELABORATS AMB ALIMENTS DE PROXIMITAT I DE BONA QUALITAT. APOSTEM PER PRODUCTES FRESCOS, VARIATS I ADEQUATS A CADA ETAPA DE CREIXEMENT, PERQUÈ SABEM QUE ALLÒ QUE MENGEN ELS INFANTS AVUI ÉS UNA INVERSIÓ EN EL SEU BENESTAR DE DEMÀ.

LA NOSTRA VOLUNTAT ÉS QUE EL MENJADOR SIGUI UN ESPAI EDUCATIU MÉS, ON ELS NENS I NENES DESCOBREIXIN NOUS SABORS, APRENGUIN A VALORAR ELS ALIMENTS I DESENVOLUPIN UNA RELACIÓ SANA I CONSCIENT AMB EL MENJAR.

GRÀCIES PER CONFIAR I PER CAMINAR JUNTS EN AQUESTA TASCA TAN IMPORTANT: CUIDAR LA SALUT I EL FUTUR DELS NOSTRES FILLS I FILLES

