






DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 	2 Arròs amb salsa de tomàquet Lluç al forn amb all i julivert Enciams variats Fruita de temporada	3 Empedrat de mongetes seques Hamburguesa vegetal S/L Patates xips Fruita de temporada 
6 Pèsols saltats amb patata i pernil S/L Truita A LA FRANCESA Amanida Fruita de temporada	7 Espaguetis ECO amb sofregit S/L NI FORMATGE Gall dindi arrebossat S/L Enciam i olives logurt natural S/L 	8 Amanida de primavera S/L Llenties estofades amb verdures Fruita de temporada 	9 Crema de carbassó S/L Arròs a la cassola amb daus de pollastre Fruita de temporada	10 Amanida de patata Peix al forn a la llimona Cogombre amanit Fruita de temporada
13 Pasta al pesto S/L NI FORMATGE Truita de carbassó i ceba Tomàquet amanit logurt natural S/L 	14 Amanida de cigrons amb hortalisses Lluç al forn amb llit de ceba i carbassó Fruita de temporada 	15 Amanida d'arròs Estofat de gall dindi Enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 Crema de verdures amb mongetes seques S/L PEIX A LA PLANXA Cogombre i olives Fruita de temporada 	17 
20 	21 Arròs amb verdures Ous durs amb tonyina S/L Enciam juliana Fruita de temporada	22 Crema de pastanaga S/L Espirals amb bolonyesa de llenties S/L NI FORMATGE Fruita de temporada 	23 Empedrat de cigrons Cuixes de pollastre al forn Tomàquet amanit logurt natural S/L 	24 Ensaladilla russa S/L Bacallà amb samfaina Fruita de temporada
27 Macarrons integrals amb TOMÀQUET S/L NI FORMATGE Truita d'espínacs Tomàquet amanit Fruita de temporada	28 Vichyssoise S/L Mongetes estofades amb verdures Fruita de temporada 	29 Amanida d'arròs Pernilets de pollastre al forn amb verdures Fruita de temporada	30 Mongeta tendra i patata Maires a l'andalusa S/L Enciam i cogombre logurt natural S/L 	31 MENÚ ARGENTINA  Timbal de cigrons amb "chimichurri" S/L Carbonada S/L (estofat de carbassa, blat de moro, carn de vedella i porc, i moniato) Fruita de temporada


2 de maig: Dia Internacional contra el Bulling i l'assetjament Escolar.


Dites i Refranys:
-Sembra el julivert al maig i tot l'any en tindràs.
-Si semples bledes al maig, per Nadal encara en tindràs.

 Menú tot proteïna vegetal

 Economia social: iogurt i postres làctics

 Ecològic: llegums, verdures, fruita, pasta i cereals.

 Km. 0: el peix fresc, els postres làctics, la fruita i les verdures

 **ALIMENTS DE QUALITAT CUINATS AMB PASSIÓ I GUST PER CRÉIXER FORT I SA**


Els menús aniran acompanyats d'una proposta de sopar. Tots els menús es serviran amb una ració de pa i aigua


DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 Arròs amb salsa de tomàquet Lluç al forn S/G amb all i julivert Enciams variats Fruita de temporada	2 Empedrat de mongetes seques S/G Hamburguesa vegetal S/G Patates xips Fruita de temporada 
6 Pèsols saltats amb patata i pernil S/G Truita de formatge Amanida Fruita de temporada	7 PASTA S/G amb sofregit Gall dindi A LA PLANXA Enciam i olives iogurt natural 	8 Amanida de primavera S/G CIGRONS estofats S/G amb verdures Fruita de temporada 	9 Crema de carbassó Arròs a la cassola amb daus de pollastre Fruita de temporada	10 Amanida de patata Peix al forn a la llimona S/G Cogombre amanit Fruita de temporada
13 PASTA S/G al pesto Truita de carbassó i ceba Tomàquet amanit iogurt natural 	14 Amanida de cigrons S/G amb hortalisses Lluç al forn S/G amb llit de ceba i carbassó Fruita de temporada 	15 Amanida d'arròs Estofat de gall dindi S/G Enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 Crema de verdures amb mongetes seques S/G PEIX A LA PLANXA Cogombre i olives Fruita de temporada 	17 Fruita de temporada 
20 Fruita de temporada 	21 Arròs amb verdures Ous durs amb tonyina S/G Enciam juliana Fruita de temporada	22 Crema de pastanaga PASTA S/G amb bolonyesa de CARN S/G Fruita de temporada 	23 Empedrat de cigrons S/G Cuixes de pollastre al forn Tomàquet amanit iogurt natural 	24 Ensaladilla russa S/G Bacallà S/G amb samfaina Fruita de temporada
27 PASTA S/G amb salsa de formatge S/G Truita d'espínacs Tomàquet amanit Fruita de temporada	28 Vichyssoise Mongetes estofades S/G amb verdures Fruita de temporada 	29 Amanida d'arròs Pernilets de pollastre al forn amb verdures Fruita de temporada	30 Mongeta tendra i patata Maires AL FORN S/G Enciam i cogombre iogurt natural 	31 MENÚ ARGENTINA  Timbal de cigrons amb "chimichurri" S/G Carbonada S/G (estofat de carbassa, blat de moro, carn de vedella i porc, i moniato) Fruita de temporada





2 de maig: Dia Internacional contra el Bulling i l'assetjament Escolar.

Dites i Refranys:
-Sembra el julivert al maig i tot l'any en tindràs.
-Si sembres bledes al maig, per Nadal encara en tindràs.

 Menú tot proteïna vegetal

 Economia social: iogurt i postres làctics

 Ecològic: llegums, verdures, fruita, pasta i cereals.

 Km. 0: el peix fresc, els postres làctics, la fruita i les verdures

ALIMENTS DE QUALITAT CUINATS AMB PASSIÓ I GUST PER CRÉIXER FORT I SA

Els menús aniran acompanyats d'una proposta de sopar. Tots els menús es serviran amb una ració de pa i aigua


CUINAIN SITU MENÚ HALAL / SENSE CARN DE PORC MAIG 2024


DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 Arròs amb salsa de tomàquet Lluç al forn amb all i julivert Enciams variats Fruita de temporada	2 Empedrat de mongetes seques Hamburguesa vegetal Patates xips Fruita de temporada 
6 Pèsols saltats amb patata S/PERNIL Truita de formatge Amanida Fruita de temporada	7 Espaguëtis ECO amb sofregit Gall dindi HALAL arrebossat Enciam i olives  iogurt natural	8 Amanida de primavera Llenties estofades amb verdures S/CARN Fruita de temporada 	9 Crema de carbassó Arròs a la cassola amb daus de pollastre HALAL Fruita de temporada	10 Amanida de patata Peix al forn a la llimona Cogombre amanit Fruita de temporada
13 Pasta al pesto Truita de carbassó i ceba Tomàquet amanit iogurt natural 	14 Amanida de cigrons amb hortalisses Lluç al forn amb llit de ceba i carbassó Fruita de temporada 	15 Amanida d'arròs Estofat de gall dindi HALAL Enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 Crema de verdures amb mongetes seques Croquetes de bolets Cogombre i olives 	17 style="text-align: center;"> 
20 style="text-align: center;"> 	21 Arròs amb verdures Ous durs amb tonyina Enciam juliana Fruita de temporada	22 Crema de pastanaga Espirals amb bolonyesa de llenties Fruita de temporada 	23 Empedrat de cigrons Cuixes de pollastre HALAL al forn Tomàquet amanit iogurt natural 	24 Ensaladilla russa Bacallà amb samfaina Fruita de temporada
27 Macarrons integrals amb salsa de formatge Truita d'espínacs Tomàquet amanit Fruita de temporada	28 Vichyssoise Mongetes estofades amb verdures S/CARN Fruita de temporada 	29 Amanida d'arròs Pernilets de pollastre HALAL al forn amb verdures Fruita de temporada	30 Mongeta tendra i patata Maires a l'andalusa Enciam i cogombre iogurt natural 	31 MENÚ ARGENTINA  Timbal de cigrons amb "chimichurri" S/CARN Carbonada S/CARN (estofat de carbassa, blat de moro, i moniato) Fruita de temporada





2 de maig: Dia Internacional contra el Bulling i l'assetjament Escolar.

Dites i Refranys:
-Sembra el julivert al maig i tot l'any en tindràs.
-Si semples bledes al maig, per Nadal encara en tindràs.

 Menú tot proteïna vegetal

 Economia social: iogurt i postres làctics

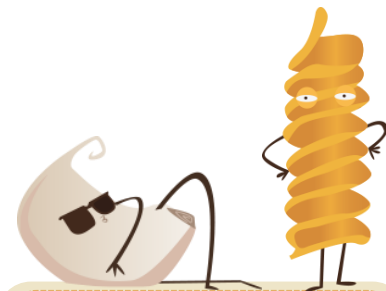
 Ecològic: llegums, verdures, fruita, pasta i cereals.

 Km. 0: el peix fresc, els postres làctics, la fruita i les verdures

ALIMENTS DE QUALITAT CUINATS AMB PASSIÓ I GUST PER CRÉIXER FORT I SA




Els menús aniran acompanyats d'una proposta de sopar. Tots els menús es serviran amb una ració de pa i aigua





DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 Arròs amb salsa de tomàquet TRUITA A LA FRANCESA Enciams variats Fruita de temporada	2 Empedrat de mongetes seques S/PEIX Hamburguesa vegetal Patates xips Fruita de temporada 
6 Pèsols saltats amb patata S/PERNIL Truita de formatge Amanida Fruita de temporada	7 Espaguetis ECO amb sofregit CROQUETES VEGETALS Enciam i olives logurt natural 	8 Amanida de primavera S/PEIX Llenties estofades amb verdures S/CARN Fruita de temporada 	9 Crema de carbassó Arròs a la cassola amb LLEGUM Fruita de temporada	10 Amanida de patata S/PEIX TRUITA A LA FRANCESA Cogombre amanit Fruita de temporada
13 Pasta al pesto Truita de carbassó i ceba Tomàquet amanit logurt natural 	14 Amanida de cigrons amb hortalisses S/PEIX HAMGURGUESA VEGETAL amb ceba i carbassó Fruita de temporada 	15 Amanida d'arròs S/PEIX OUS DURS Enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 Crema de verdures amb mongetes seques Croquetes de bolets Cogombre i olives Fruita de temporada 	17 style="text-align: center;"> 
20 style="text-align: center;"> 	21 Arròs amb verdures Ous durs S/TONYINA Enciam juliana Fruita de temporada	22 Crema de pastanaga Espirals amb bolonyesa de llenties Fruita de temporada 	23 Empedrat de cigrons S/PEIX SEITAN A LA PLANXA Tomàquet amanit logurt natural 	24 Ensaladilla russa S/PEIX OUS DURS amb samfaina Fruita de temporada
27 Macarrons integrals amb salsa de formatge Truita d'espínacs Tomàquet amanit Fruita de temporada	28 Vichyssoise Mongetes estofades amb verdures S/CARN Fruita de temporada 	29 Amanida d'arròs S/PEIX OUS al forn amb verdures Fruita de temporada	30 Mongeta tendra i patata CROQUETES VEGETALS Enciam i cogombre logurt natural 	31 MENÚ ARGENTINA  Timbal de cigrons amb "chimichurri" S/CARN Carbonada S/CARN (estofat de carbassa, blat de moro, i moniato) Fruita de temporada


2 de maig: Dia Internacional contra el Bulling i l'assetjament Escolar.

Dites i Refrany:
-Sembra el julivert al maig i tot l'any en tindràs.
-Si semples bledes al maig, per Nadal encara en tindràs.

 Menú tot proteïna vegetal

 Economia social: iogurt i postres làctics

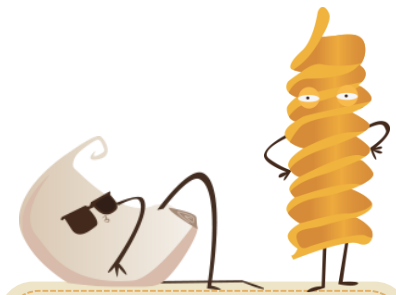
 Ecològic: llegums, verdures, fruita, pasta i cereals.

 Km. 0: el peix fresc, els postres làctics, la fruita i les verdures

ALIMENTS DE QUALITAT CUINATS AMB PASSIÓ I GUST PER CRÉIXER FORT I SA



Els menús aniran acompanyats d'una proposta de sopar. Tots els menús es serviran amb una ració de pa i aigua



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 Arròs amb salsa de tomàquet Lluç al forn amb all i julivert Enciams variats Fruita de temporada	2 Empedrat de mongetes seques S/OU Hamburguesa vegetal S/OU Patates xips Fruita de temporada 
6 Pèsols saltats amb patata i pernil PEIX A LA PLANXA Amanida Fruita de temporada	7 PASTA S/OU amb sofregit Gall dindi A LA PLANXA Enciam i olives iogurt natural 	8 Amanida de primavera S/OU Llenties estofades amb verdures Fruita de temporada 	9 Crema de carbassó Arròs a la cassola amb daus de pollastre Fruita de temporada	10 Amanida de patata S/OU Peix al forn a la llimona Cogombre amanit Fruita de temporada
13 PASTA S/OU al pesto POLLASTRE A LA PLANXA Tomàquet amanit iogurt natural 	14 Amanida de cigrons amb hortalisses S/OU Lluç al forn amb llit de ceba i carbassó Fruita de temporada 	15 Amanida d'arròs S/OU Estofat de gall dindi Enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 Crema de verdures amb mongetes seques PEIX A LA PLANXA Cogombre i olives Fruita de temporada 	17 
20 	21 Arròs amb verdures PEIX A LA PLANXA Enciam juliana Fruita de temporada	22 Crema de pastanaga PASTA S/OU amb bolonyesa de llenties Fruita de temporada 	23 Empedrat de cigrons S/OU Cuixes de pollastre al forn Tomàquet amanit iogurt natural 	24 Ensaladilla russa S/OU NI MAIONESA Bacallà amb samfaina Fruita de temporada
27 PASTA S/OU amb salsa de formatge S/OU PEIX A LA PLANXA Tomàquet amanit Fruita de temporada	28 Vichyssoise Mongetes estofades amb verdures Fruita de temporada 	29 Amanida d'arròs S/OU Pernilets de pollastre al forn amb verdures Fruita de temporada	30 Mongeta tendra i patata Maires AL FORN Enciam i cogombre iogurt natural 	31 MENÚ ARGENTINA  Timbal de cigrons amb "chimichurri" S/OU Carbonada (estofat de carbassa, blat de moro, carn de vedella i porc, i moniato) Fruita de temporada

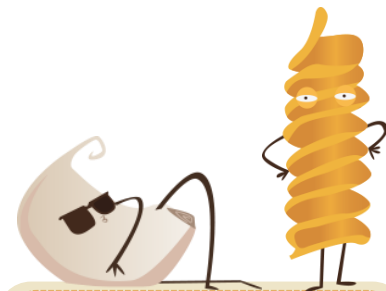
2 de maig: Dia Internacional contra el Bulling i l'assetjament Escolar.

Dites i Refranys:
 -Sembra el julivert al maig i tot l'any en tindràs.
 -Si sembres bledes al maig, per Nadal encara en tindràs.

-  Menú tot proteïna vegetal
-  Economia social: iogurt i postres làctics
-  Ecològic: llegums, verdures, fruita, pasta i cereals.
-  Km. 0: el peix fresc ,els postres làctics, la fruita i les verdures

ALIMENTS DE QUALITAT CUINATS AMB PASSIÓ I GUST PER CRÉIXER FORT I SA








DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 Arròs amb salsa de tomàquet TRUITA A LA FRANCESA Enciams variats Fruita de temporada	2 Empedrat de mongetes seques S/PEIX Hamburguesa vegetal Patates xips Fruita de temporada 
6 Pèsols saltats amb patata i pernil Truita de formatge Amanida Fruita de temporada	7 Espaguetis ECO amb sofregit Gall dindi arrebossat Enciam i olives iogurt natural 	8 Amanida de primavera S/PEIX Llenties estofades amb verdures Fruita de temporada 	9 Crema de carbassó Arròs a la cassola amb daus de pollastre Fruita de temporada	10 Amanida de patata S/PEIX TRUITA A LA FRANCESA Cogombre amanit Fruita de temporada
13 Pasta al pesto Truita de carbassó i ceba Tomàquet amanit iogurt natural 	14 Amanida de cigrons amb hortalisses S/PEIX HAMGURGUESA VEGETAL amb ceba i carbassó Fruita de temporada 	15 Amanida d'arròs S/PEIX Estofat de gall dindi Enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 Crema de verdures amb mongetes seques Croquetes de bolets S/P Cogombre i olives Fruita de temporada 	17 style="text-align: center;"> 
20 style="text-align: center;"> 	21 Arròs amb verdures Ous durs S/TONYINA Enciam juliana Fruita de temporada	22 Crema de pastanaga Espirals amb bolonyesa de llenties Fruita de temporada 	23 Empedrat de cigrons S/PEIX Cuixes de pollastre al forn Tomàquet amanit iogurt natural 	24 Ensaladilla russa S/PEIX OUS DURS amb samfaina Fruita de temporada
27 Macarrons integrals amb salsa de formatge Truita d'espínacs Tomàquet amanit Fruita de temporada	28 Vichyssoise Mongetes estofades amb verdures Fruita de temporada 	29 Amanida d'arròs S/PEIX Pernilets de pollastre al forn amb verdures Fruita de temporada	30 Mongeta tendra i patata CROQUETES VEGETALS S/P Enciam i cogombre iogurt natural 	31 MENÚ ARGENTINA  Timbal de cigrons amb "chimichurri" Carbonada (estofat de carbassa, blat de moro, carn de vedella i porc, i moniato) Fruita de temporada


2 de maig: Dia Internacional contra el Bulling i l'assetjament Escolar.

Dites i Refranys:
-Sembra el julivert al maig i tot l'any en tindràs.
-Si semples bledes al maig, per Nadal encara en tindràs.

 Menú tot proteïna vegetal

 Economia social: iogurt i postres làctics

 Ecològic: llegums, verdures, fruita, pasta i cereals.

 Km. 0: el peix fresc, els postres làctics, la fruita i les verdures

 **ALIMENTS DE QUALITAT CUINATS AMB PASSIÓ I GUST PER CRÉIXER FORT I SA**

Els menús aniran acompanyats d'una proposta de sopar. Tots els menús es serviran amb una ració de pa i aigua

Les fruites de temporada són:

Pera, poma, plàtan, mandarines, taronja, préssec, meló, síndria, maduixes, nectarines, cireres, kiwi, prunes i raïm.



Les amanides seran sempre

d'enciam o escarola amb dos dels següents ingredients: Olives, blat de moro, pastanaga, remolatxa, cogombre o brots de soia.

Les nostres salses :

Sofregit de tomàquet: Tomàquet, ceba, pastanaga, orenga, sal sucre, alls i oli d'oliva.

Jardinera: Pèsols, ceba, pastanaga, tomàquet, romaní, pebre, sal i oli d'oliva.

Bolonyesa: Tomàquet, ceba, pastanaga, orenga, carn picada de porc i vedella, sal sucre, alls i oli d'oliva.

Carbonara: Ceba, bacó, farina, llet, formatge, sal, canyella i oli d'oliva.

En el seu suc: El suc que desprèn la vianda amb alls vi blanc, llorer, sal i oli d'oliva.

Samfaina: Pebrot verd i vermell, carbassó, ceba, tomàquet, albergínia, sal i oli d'oliva.

Beixamel: Ceba, farina, llet, mantega i nou moscada.



Si dinem...Podem sopar:

- Llegums, fècules o cereals-----Verdures cuites o hortalisses crues.
- Verdures-----Fècules o cereals
- Ous-----Carn o peix.
- Carns-----Ous o peix.
- Peix-----Carn o ous.
- Fruita-----Làctics o fruita.
- Làctics-----Fruita.



Alimentació refrescant per als nostres infants durant l'estiu.

Fruites de temporada. Síndria, meló, cireres... Podem promoure el seu consum si les consumim juntament amb iogurt, suc de taronja o llet fresca, o fem receptes originals com el gaspatxo de síndria. La fruita conté gran quantitat de vitamines i minerals, sent clau en l'alimentació dels nostres fills/es.

Verdures en crema. L'estiu és l'estació estrella de les cremes fredes com pot ser la de carabassa, verdures o els clàssics gaspatxos i el salmorejo cordovès. No deixem de consumir verdures durant l'època de calor.

Amanides fredes. També és la temporada d'amanides fredes. Deixem volar la nostra imaginació i fem amanides divertides amb els nostres fills/es afegint meló, maduixes, formatge fresc...

