

Recomanacions del dinar i sopar

Us suggerim els grups d'aliments més adients per al sopar dels vostres fills i filles, per tal de completar la dieta equilibrada del dia. Aquestes orientacions us poden ajudar a planificar els sopars setmanals perquè siguin variats i saludables.

DINAR



SOPAR



aquest mes

Els rols familiars a la taula

Els infants **aprenen observant** molt més del que pensem. A l'hora de menjar, el que fan els adults té un gran impacte: si veuen que mengem amb calma, si provem aliments nous i si respectem el torn de paraula... ells ho imiten!



A casa, com al menjador, el que fem **val més que mil paraules**. Els nostres hàbits, actituds i comentaris a taula esdevenen una escola de valors i convivència.

Què podem fer a casa?



- Conversem** a taula, sense pantalles, ni mòbils.
- Evitem** missatges negatius sobre el menjar o el propi cos.
- Donem exemple** tastant aliments nous o menjant verdures.
- Impliquem-los** en petites tasques: parar taula, servir-se...

10 mesos causes

Dia Internacional de les Famílies

Aquest mes celebrem **els vincles, les rutines compartides i el temps junts**. Perquè la família — en totes les seves formes— és el **primer espai on aprenem a estimar, conviure, comunicar-nos, cuidar-nos i créixer com a persones**.



Aquest dia:

- Reivindica el valor de la família com a espai d'afecte, aprenentatge i seguretat emocional.
- Visibilitza la diversitat de models familiars (famílies monoparentals, reconstituïdes, adoptives, homoparentals, extenses, acollidores, etc.).

Segell dietista

Proposta: feu un **joc de preguntes** per conèixer-vos millor (Quin és el teu moment del dia preferit? Quin record familiar t'agrada més?...)



Informació nutricional del menú escolar diari

- K** Energia (kcal)
- H** Hidrats de carboni
- P** Proteïna
- L** Lípids

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 25 d'octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÈRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren.



escola
Ignasi
Iglesias

MENÚ: MAIG 2026

TOTS ELS MENÚS ESTAN ACOMPANYATS
AMB AIGUA I PA

AMANIT AMB OLI D'OLIVA I CUINAT
AMB OLI D'OLIVA O OLI GIRASOL ALT OLEIC

Cuinat amb oli d'oliva

DIETA:

BASAL

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



BENVINGUT MAIG



FESTIU

1

4

Crema de llegums i pastanaga
Lasanya casolana bolonyesa
Amanida variada
Fruita del temps

k 595,55 H 54,17 P 17,94 L 35,64

5

Amanida de pasta
(blat de moro, olives, tomaquet i tonyina)
Truita de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

k 575,32 H 83,9 P 16,61 L 18,86

6

Coliflor amb patata
Estofat de gall d'indi a la jardineria
(ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

k 511,48 H 45,98 P 30,55 L 24,88

7

Arròs integral amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Filet de lluç a la planxa
Amanida variada
logurt natural La Fageda

k 583,43 H 55,12 P 30,32 L 26,82

8

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Escalopa de porc
Tomàquet al forn a la provençal
Fruita del temps

k 711,95 H 69,5 P 33,65 L 33,52

11

FESTA

PROTEÏNA VEGETAL

12

Crema de patata i porro
Macarrons amb bolonyesa de llegum
Amanida variada
Fruita del temps

k 590,82 H 86,83 P 14,73 L 21,92

13

Rissoto amb bolets i formatge
Gallineta al forn
amb llimona
Amanida variada
Vaset gelat

k 782,83 H 61,82 P 35,13 L 43,13

14

Mongeta blanca estofada
(ceba, all, tomàquet i pebrot)
Truita francesa amb pernil dolç
Amanida variada
Fruita del temps

k 654,19 H 50,74 P 30,47 L 37,22



DIA DE LA FAMILIA

15

Bledes amb patates a l'allet
Pollastre al forn
amb pèsols i salsa de poma
Fruita del temps

k 477 H 52,2 P 23,7 L 22,75

18

Amanida de lleties, tomàquet,
blat de moro i olives
Rotllets de primavera amb salsa agredolça
Amanida variada
Fruita del temps

k 568,91 H 66,2 P 22,79 L 24,09

19

Crema de carbassó i porro
Truita de patata i ceba
Amanida variada
Fruita del temps

TASTET DE BOTIFARRA D'OU

k 581,53 H 61,37 P 13,07 L 32,35

20

Espaguettis integrals amb salsa pesto
Filet de lluç el forn
Xips
Fruita del temps

k 685,7 H 49,4 P 36,94 L 37,8

21

Menestra de verdres
(Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba)
Botifarra de porc al forn
Seques a l'allet
Fruita del temps

k 838,51 H 73,23 P 26,51 L 49,17

22

Arròs tres delícies
(ceba, pastanaga i blat de moro)
Pollastre al forn
amb salsa de poma
logurt natural La Fageda

k 586,8 H 91,9 P 20,9 L 15,25

25

Bròquil amb patata
Llibrets de gall dindi al forn
Rodanxa de carbassó al forn
Fruita del temps

k 733,4 H 59,5 P 22,7 L 48,05

26

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Hamburguesa de coliflor
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

k 543,71 H 67,31 P 22,25 L 20,81

27

Amanida d'arròs
(tomàquet, blat de moro, pastanaga)
Salmó al forn amb taronja
Amanida variada
Fruita del temps

k 613,71 H 93,65 P 26,79 L 14,69

28

Cigrons amb sofregit de tomàquet
(ceba, all i tomàquet)
Truita de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

k 782,31 H 55,54 P 32,86 L 47,55



ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

29

Macarrons a la carbonara
Nuggets de gall d'indi
Amanida variada
Pastís



escola
Ignasi
Iglesias

MENÚ: MAIG 2026

TOTS ELS MENÚS ESTAN ACOMPANYATS
AMB AIGUA I PA

AMANIT AMB OLI D'OLIVA I CUINAT
AMB OLI D'OLIVA O OLI GIRASOL ALT OLEIC

Cuinat amb oli d'oliva

DIETA:

NO PORC

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



BENVINGUT MAIG



1

FESTIU

4

Crema de llegums i pastanaga
Lasanya de pisto amb
beixamel vegana
Amanida variada
Fruita del temps

5

Amanida de pasta
(blat de moro, olives, tomàquet i tonyina)
Truita de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

6

Coliflor amb patata
Estofat de gall d'indi a la jardinera
(ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

7

Arròs amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Filet de lluç a la planxa
Amanida variada
logurt natural La Fageda

8

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Llibrets de gall dindi al forn
Tomàquet al forn a la provençal
Fruita del temps

11

FESTA

12

Crema de patata i porro
Macarrons amb bolonyesa de llegum
Amanida variada
Fruita del temps

13

Rissoto amb bolets i formatge
Gallineta al forn
amb llimona
Amanida variada
Vaset gelat

14

Mongeta blanca estofada
(ceba, all, tomàquet i pebrot)
Truita francesa amb formatge
Amanida variada
Fruita del temps



DIA DE LA FAMILIA

15

Bledes amb patates a l'allet
Pollastre al forn
amb pèsols i salsa de poma
Fruita del temps

18

Amanida de lleties, tomàquet,
blat de moro i olives
Rotllets de primavera amb salsa agredolça
Amanida variada
Fruita del temps

19

Crema de carbassó i porro
Truita de patata i ceba
Amanida variada
Fruita del temps

20

Espaguettis amb salsa pesto
Filet de lluç el forn
Xips
Fruita del temps

21

Menestra de verdures
(Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba)
Salsitxes de gall dindi al forn
Seques a l'allet
Fruita del temps

22

Arròs tres delícies
(ceba, pastanaga i blat de moro)
Pollastre al forn
amb salsa de poma
logurt natural La Fageda

25

Bròquil amb patata
Llibrets de gall dindi al forn
Rodanxa de carbassó al forn
Fruita del temps

26

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Hamburguesa de coliflor
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

27

Amanida d'arròs
(tomàquet, blat de moro, pastanaga)
Salmó al forn amb taronja
Amanida variada
Fruita del temps

28

Cigrons amb sofregit de tomàquet
(ceba, all i tomàquet)
Truita de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps



ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

29

Macarrons amb beixamel vegetal
Nuggets de gall d'indi
Amanida variada
Pastís



escola
Ignasi
Iglesias

MENÚ: MAIG 2026

TOTS ELS MENÚS ESTAN ACOMPANYATS
AMB AIGUA I PA

AMANIT AMB OLI D'OLIVA I CUINAT
AMB OLI D'OLIVA O OLI GIRASOL ALT OLEIC

Cuinat amb oli d'oliva

DIETA:

NO CARN

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



BENVINGUT MAIG



1

FESTIU

4

Crema de llegums i pastanaga
Lasanya de pisto amb
beixamel vegana
Amanida variada
Fruita del temps

5

Amanida de pasta
(blat de moro, olives, tomaquet i tonyina)
Truita de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

6

Coliflor amb patata
Llenties estofades amb verdures
(ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

7

Arròs amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Filet de lluç a la planxa
Amanida variada
logurt natural La Fageda

8

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Truita de patata i ceba
Tomàquet al forn a la provençal
Fruita del temps

11

FESTA

12

Crema de patata i porro
Macarrons amb bolonyesa de llegum
Amanida variada
Fruita del temps

13

Rissoto amb bolets i formatge
Gallineta al forn
amb llimona
Amanida variada
Vaset gelat

14

Mongeta blanca estofada
(ceba, all, tomàquet i pebrot)
Truita francesa amb formatge
Amanida variada
Fruita del temps



15

DIA DE LA FAMILIA

Bledes amb patates a l'allet
Filet de lluç al forn
amb pèsols i salsa de poma
Fruita del temps

18

Amanida de llenties, tomàquet,
blat de moro i olives
Rotllets de primavera amb salsa agredolça
Amanida variada
Fruita del temps

19

Crema de carbassó i porro
Truita de patata i ceba
Amanida variada
Fruita del temps

20

Espaguettis amb salsa pesto
Filet de lluç el forn
Xips
Fruita del temps

21

Menestra de verdures
(Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba)
Truita a la francesa
Seques a l'allet
Fruita del temps

22

Arròs tres delícies
(ceba, pastanaga i blat de moro)
Abadejo al forn
amb salsa de poma
logurt natural La Fageda

25

Bròquil amb patata
Truita de patata i ceba
Rodanxa de carbassó al forn
Fruita del temps

26

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Hamburguesa de coliflor
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

27

Amanida d'arròs
(tomàquet, blat de moro, pastanaga)
Salmó al forn amb taronja
Amanida variada
Fruita del temps

28

Cigrons amb sofregit de tomàquet
(ceba, all i tomàquet)
Truita de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps



29

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

Macarrons amb beixamel vegetal
Varetes de verdures
Amanida variada
Pastís



escola
Ignasi
Iglesias

MENÚ: MAIG 2026

TOTS ELS MENÚS ESTAN ACOMPANYATS
AMB AIGUA I PA

AMANIT AMB OLI D'OLIVA I CUINAT
AMB OLI D'OLIVA O OLI GIRASOL ALT OLEIC

Cuinat amb oli d'oliva

DIETA:

Halal

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



BENVINGUT MAIG



FESTIU

1

4

5

6

7

8

Crema de llegums i pastanaga
Lasanya de pisto amb
beixamel vegana
Amanida variada
Fruita del temps

Amanida de pasta
(blat de moro, olives, tomàquet i tonyina)
Trita de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

Coliflor amb patata
Daus de gall dindi halal a la jardineria
(ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

Arròs amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Filet de lluç a la planxa
Amanida variada
logurt natural La Fageda

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Llibrets de gall dindi halal al forn
Tomàquet al forn a la provençal
Fruita del temps

11

12

13

14

15

FESTA

Crema de patata i porro
Macarrons amb bolonyesa de llegum
Amanida variada
Fruita del temps

Rissoto amb bolets i formatge
Gallineta al forn
amb llimona
Amanida variada
Vaset gelat

Mongeta blanca estofada
(ceba, all, tomàquet i pebrot)
Trita francesa amb formatge
Amanida variada
Fruita del temps



DIA DE LA FAMILIA

Bledes amb patates a l'allet
Pollastre halal al forn
amb pèsols i salsa de poma
Fruita del temps

18

19

20

21

22

Amanida de lleties, tomàquet,
blat de moro i olives
Rotllets de primavera amb salsa agredolça
Amanida variada
Fruita del temps

Crema de carbassó i porro
Trita de patata i ceba
Amanida variada
Fruita del temps

Espaguetis amb salsa pesto
Filet de lluç el forn
Xips
Fruita del temps

Menestra de verdures
(Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba)
Salsitxes de gall dindi halal
Seques a l'allet
Fruita del temps

Arròs tres delícies
(ceba, pastanaga i blat de moro)
Pollastre halal al forn
amb salsa de poma
logurt natural La Fageda

25

26

27

28

29

Bròquil amb patata
Llibrets de gall dindi halal al forn
Rodanxa de carbassó al forn
Fruita del temps

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Hamburguesa de coliflor
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

Amanida d'arròs
(tomàquet, blat de moro, pastanaga)
Salmó al forn amb taronja
Amanida variada
Fruita del temps

Cigrons amb sofregit de tomàquet
(ceba, all i tomàquet)
Trita de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps



ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

Macarrons amb beixamel vegetal
Nuggets halal de gall d'indi
Amanida variada
Pastís

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



BENVINGUT MAIG



FESTIU

4

Crema de pastanaga
Pollastre a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps

5

Amanida de pasta (s/gluten)
(blat de moro, olives, tomaquet i tonyina)
Truita de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

6

Coliflor amb patata
Estofat de gall d'indi a la jardinera
(ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

7

Arròs amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Filet de lluç a la planxa
Amanida variada
logurt natural La Fageda

8

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Llom al forn amb
Tomàquet al forn a la provençal
Fruita del temps

11

FESTA

12

Crema de patata i porro
Macarrons (s/gluten) amb salsa de
tomàquet amb pollastre a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps

13

Rissoto amb bolets i formatge
Gallineta al forn
amb llimona
Amanida variada
Vaset gelat

14

Mongeta blanca estofada
(ceba, all, tomàquet i pebrot)
Truita francesa amb pernil dolç
Amanida variada
Fruita del temps

DIA DE LA FAMILIA

15

Bledes amb patates a l'allet
Pollastre al forn
amb pèsols i salsa de poma
Fruita del temps



18

Amanida de patates, tomàquet,
blat de moro i olives
Gall dindi al forn
amb salsa agre-dolça
Fruita del temps

19

Crema de carbassó i porro
Truita de patata i ceba
Amanida variada
Fruita del temps

20

Espaguettis (s/gluten) amb salsa pesto
Filet de lluç el forn
Xips
Fruita del temps

21

Menestra de verdures
(Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba)
Botifarra de porc al forn
Seques a l'allet
Fruita del temps

22

Arròs tres delícies
(ceba, pastanaga i blat de moro)
Pollastre al forn
amb salsa de poma
logurt natural La Fageda

25

Bròquil amb patata
Gall dindi al forn
Rodanxa de carbassó al forn
Fruita del temps

26

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Pollastre al forn
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

27

Amanida d'arròs
(tomàquet, blat de moro, pastanaga)
Salmó al forn amb taronja
Amanida variada
Fruita del temps

28

Cigrons amb sofregit de tomàquet
(ceba, all i tomàquet)
Truita de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

29

Macarrons (s/gluten) a la carbonara
Fingers de pollastre
Amanida variada
Pastís s/g



TOTS ELS MENÚS ESTAN ACOMPANYATS
AMB AIGUA I PA

AMANIT AMB OLI D'OLIVA I CUINAT
AMB OLI D'OLIVA O OLI GIRASOL ALT OLEIC

Cuinat amb oli d'oliva

SENSE OU

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



BENVINGUT MAIG



FESTIU

1

4

Crema de llegums i pastanaga
Pollastre a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps

5

Amanida de pasta s/ou
(blat de moro, olives, tomaquet i tonyina)
Abadejo al forn
Amanida variada
Fruita del temps

6

Coliflor amb patata
Estofat de gall d'indi a la jardinera
(ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

7

Arròs amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Filet de lluç a la planxa
Amanida variada
logurt natural La Fageda

8

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Escalopa de porc
Tomàquet al forn a la provençal
Fruita del temps

11

FESTA

12

Crema de patata i porro
Macarrons (s/ou) amb bolonyesa de llegum
Amanida variada
Fruita del temps

13

Rissoto amb bolets i formatge
Gallineta al forn
amb llimona
Amanida variada
Vaset gelat

14

Mongeta blanca estofada
(ceba, all, tomàquet i pebrot)
Gall dindi al forn
Amanida variada
Fruita del temps

DIA DE LA FAMILIA

15

Bledes amb patates a l'allet
Pollastre al forn
amb pèsols i salsa de poma
Fruita del temps



18

Amanida de lleties, tomàquet,
blat de moro i olives
Rotllets de primavera amb salsa agredolça
Amanida variada
Fruita del temps

19

Crema de carbassó i porro
Pollastre al forn
Amanida variada
Fruita del temps

20

Espaguettis (s/ou) amb salsa de tomàquet
Filet de lluç el forn
Xips
Fruita del temps

21

Menestra de verdures
(Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba)
Botifarra de porc al forn
Seques a l'allet
Fruita del temps

22

Arròs tres delícies
(ceba, pastanaga i blat de moro)
Pollastre al forn
amb salsa de poma
logurt natural La Fageda

25

Bròquil amb patata
Gall dindi al forn
Rodanxa de carbassó al forn
Fruita del temps

26

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Pollastre al forn
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

27

Amanida d'arròs
(tomàquet, blat de moro, pastanaga)
Salmó al forn amb taronja
Amanida variada
Fruita del temps

28

Cigrons amb sofregit de tomàquet
(ceba, all i tomàquet)
Abadejo al forn
Amanida variada
Fruita del temps

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

29

Macarrons (s/ou) a la carbonara
Nuggets de gall d'indi
Amanida variada
Pastís s/ou





escola
Ignasi
Iglesias

MENÚ: MAIG 2026

TOTS ELS MENÚS ESTAN ACOMPANYATS
AMB AIGUA I PA

AMANIT AMB OLI D'OLIVA I CUINAT
AMB OLI D'OLIVA O OLI GIRASOL ALT OLEIC

Cuinat amb oli d'oliva

DIETA:

SENSE LACTOSA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



BENVINGUT MAIG



1

FESTIU

4

Crema de llegums i pastanaga (s/llet)
Lasanya casolana bolonyesa
amb beixamel vegetal
Amanida variada
Fruita del temps

5

Amanida de pasta
(blat de moro, olives, tomaquet i tonyina)
Truita de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

6

Coliflor amb patata
Estofat de gall d'indi a la jardinera
(ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

7

Arròs amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Filet de lluç a la planxa
Amanida variada
logurt natural sense lactosa

8

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Escalopa de porc
Tomàquet al forn a la provençal
Fruita del temps

11

FESTA

12

Crema de patata i porro (s/llet)
Macarrons amb bolonyesa de llegum
Amanida variada
Fruita del temps

13

Arròs amb salsa funghi vegetal
Gallineta al forn
amb llimona
Amanida variada
logurt natural sense lactosa

14

Mongeta blanca estofada
(ceba, all, tomàquet i pebrot)
Truita francesa
Amanida variada
Fruita del temps

DIA DE LA FAMILIA

15

Bledes amb patates a l'allet
Pollastre al forn
amb pèsols i salsa de poma (s/llet)
Fruita del temps



18

Amanida de lleties, tomàquet,
blat de moro i olives
Rotllets de primavera amb salsa agredolça
Amanida variada
Fruita del temps

19

Crema de carbassó i porro (s/llet)
Truita de patata i ceba
Amanida variada
Fruita del temps

20

Espaguettis amb salsa de tomàquet
Filet de lluç el forn
Xips
Fruita del temps

21

Menestra de verdures
(Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba)
Botifarra de porc al forn
Seques a l'allet
Fruita del temps

22

Arròs tres delícies
(ceba, pastanaga i blat de moro)
Pollastre al forn
amb salsa de poma (s/llet)
Fruita del temps

25

Bròquil amb patata
Gall dindi al forn
Rodanxa de carbassó al forn
Fruita del temps

26

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Pollastre al forn
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

27

Amanida d'arròs
(tomàquet, blat de moro, pastanaga)
Salmó al forn amb taronja
Amanida variada
Fruita del temps

28

Cigrons amb sofregit de tomàquet
(ceba, all i tomàquet)
Truita de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

29

Macarrons a la carbonara
Nuggets de gall d'indi
Amanida variada
Pastís s/llet



TOTS ELS MENÚS ESTAN ACOMPANYATS
AMB AIGUA I PA

AMANIT AMB OLI D'OLIVA I CUINAT
AMB OLI D'OLIVA O OLI GIRASOL ALT OLEIC

Cuinat amb oli d'oliva

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



BENVINGUT MAIG



FESTIU

4

Crema de llegums i pastanaga
Lasanya casolana bolonyesa
Amanida variada
Fruita del temps

5

Amanida de pasta
(blat de moro, olives, tomaquet) (s/tonyina)
Trita de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

6

Coliflor amb patata
Estofat de gall d'indi a la jardinera
(ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

7

Arròs amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Filet de lluç (s/traces de marisc) al forn
Amanida variada
logurt natural La Fageda

8

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Escalopa de porc
Tomàquet al forn a la provençal
Fruita del temps

11

FESTA

12

Crema de patata i porro
Macarrons amb bolonyesa de llegum
Amanida variada
Fruita del temps

13

Rissoto amb bolets i formatge
Gallineta (s/traces de marisc)
al forn amb llimona
Amanida variada
Vaset gelat

14

Mongeta blanca estofada
(ceba, all, tomàquet i pebrot)
Trita francesa amb pernil dolç
Amanida variada
Fruita del temps

DIA DE LA FAMILIA

15

Bledes amb patates a l'allet
Pollastre al forn
amb pèsols i salsa de poma
Fruita del temps



18

Amanida de lleties, tomàquet,
blat de moro i olives
Rotllets de primavera amb salsa agredolça
Amanida variada
Fruita del temps

19

Crema de carbassó i porro
Trita de patata i ceba
Amanida variada
Fruita del temps

20

Espaguettis amb salsa pesto
Filet de lluç (s/traces de marisc) el forn
Xips
Fruita del temps

21

Menestra de verdures
(Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba)
Botifarra de porc al forn
Seques a l'allet
Fruita del temps

22

Arròs tres delícies
(ceba, pastanaga i blat de moro)
Pollastre al forn
amb salsa de poma
logurt natural La Fageda

25

Bròquil amb patata
Llibrets de gall dindi al forn
Rodanxa de carbassó al forn
Fruita del temps

26

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Hamburguesa de coliflor
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

27

Amanida d'arròs
(tomàquet, blat de moro, pastanaga)
Salmó (s/traces de marisc)
al forn amb taronja
Amanida variada
Fruita del temps

28

Cigrons amb sofregit de tomàquet
(ceba, all i tomàquet)
Trita de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

29

Macarrons a la carbonara
Nuggets de gall d'indi
Amanida variada
Pastís



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



BENVINGUT MAIG



FESTIU

1

4

5

6

7

8

Crema de llegums i pastanaga
Lasanya casolana bolonyesa
Amanida variada
Fruita del temps

Amanida de pasta
(blat de moro, olives, tomàquet i tonyina)
Truita de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

Coliflor amb patata
Estofat de gall d'indi a la jardinera
(ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

Arròs amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Filet de lluç a la planxa
Amanida variada
logurt natural La Fageda

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Escalopa de porc
Tomàquet al forn a la provençal
Fruita del temps

11

12

13

14

15

FESTA

Crema de patata i porro
Macarrons amb bolonyesa de llegum
Amanida variada
Fruita del temps

Rissoto amb bolets i formatge
Gallineta al forn
amb llimona
Amanida variada
Vaset gelat

Mongeta blanca estofada
(ceba, all, tomàquet i pebrot)
Truita francesa amb pernil dolç
Amanida variada
Fruita del temps

DIA DE LA FAMILIA

Bledes amb patates a l'allet
Pollastre al forn
amb pèsols i salsa de poma
Fruita del temps



18

19

20

21

22

Amanida de lleties, tomàquet,
blat de moro i olives
Rotllets de primavera amb salsa agredolça
Amanida variada
Fruita del temps

Crema de carbassó i porro
Truita de patata i ceba
Amanida variada
Fruita del temps

Espaguettis amb salsa de tomàquet
Filet de lluç el forn
Xips
Fruita del temps

Menestra de verdures
(Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba)
Botifarra de porc al forn
Seques a l'allet
Fruita del temps

Arròs tres delícies
(ceba, pastanaga i blat de moro)
Pollastre al forn
amb salsa de poma
logurt natural La Fageda

25

26

27

28

29

Bròquil amb patata
Llibrets de gall dindi al forn
Rodanxa de carbassó al forn
Fruita del temps

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Hamburguesa de coliflor
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

Amanida d'arròs
(tomàquet, blat de moro, pastanaga)
Salmó al forn amb taronja
Amanida variada
Fruita del temps

Cigrons amb sofregit de tomàquet
(ceba, all i tomàquet)
Truita de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps



Macarrons a la carbonara
Nuggets de gall d'indi
Amanida variada
Pastís s/fs

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



BENVINGUT MAIG



FESTIU

4

Crema de pastanaga
Pollastre a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps

5

Amanida de pasta (s/gluten i s/ou)
(blat de moro, olives, tomaquet i tonyina)
Abadejo al forn
Amanida variada
Fruita del temps

6

Coliflor amb patata
Estofat de gall d'indi a la jardinera
(ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

7

Arròs amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Filet de lluç a la planxa
Amanida variada
logurt natural

8

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Llom al forn amb
Tomàquet al forn a la provençal
Fruita del temps

11

FESTA

Crema de patata i porro
Macarrons (s/gluten) amb salsa de
tomàquet amb pollastre a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps

12

Rissoto amb bolets i formatge
Gallineta al forn
amb llimona
Amanida variada
Vaset gelat

13

Mongeta blanca estofada
(ceba, all, tomàquet i pebrot)
Gall dindi al forn
Amanida variada
Fruita del temps

14

DIA DE LA FAMILIA

15

Bledes amb patates a l'allet
Pollastre al forn
amb pèsols i salsa de poma
Fruita del temps



18

Amanida de patates, tomàquet,
blat de moro i olives
Gall dindi al forn
amb salsa agre-dolça
Fruita del temps

19

Crema de carbassó i porro
Pollastre al forn
Amanida variada
Fruita del temps

20

Espaguettis (s/gluten) amb salsa de tomàquet
Filet de lluç el forn
Xips
Fruita del temps
Fruita del temps

21

Menestra de verdures
(Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba)
Botifarra de porc al forn
Seques a l'allet
Fruita del temps

22

Arròs tres delícies
(ceba, pastanaga i blat de moro)
Pollastre al forn
amb salsa de poma
Fruita del temps

25

Bròquil amb patata
Gall dindi al forn
Rodanxa de carbassó al forn
Fruita del temps

26

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Pollastre al forn
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

27

Amanida d'arròs
(tomàquet, blat de moro, pastanaga)
Salmó al forn amb taronja
Amanida variada
Fruita del temps

28

Cigrons amb sofregit de tomàquet
(ceba, all i tomàquet)
Abadejo al forn
Amanida variada
Fruita del temps

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

29

Macarrons (s/gluten) a la carbonara
Fingers de pollastre
Amanida variada
Pastís s/ou i s/g





escola
Ignasi
Iglesias

MENÚ: MAIG 2026

TOTS ELS MENÚS ESTAN ACOMPANYATS
AMB AIGUA I PA

AMANIT AMB OLI D'OLIVA I CUINAT
AMB OLI D'OLIVA O OLI GIRASOL ALT OLEIC

Cuinat amb oli d'oliva

DIETA:

No llienties

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



BENVINGUT MAIG



1

FESTIU

4

Crema de pastanaga
Lasanya casolana bolonyesa
Amanida variada
Fruita del temps

5

Amanida de pasta
(blat de moro, olives, tomàquet i tonyina)
Truita de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

6

Coliflor amb patata
Estofat de gall d'indi a la jardinera
(ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

7

Arròs amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Filet de lluç a la planxa
Amanida variada
logurt natural La Fageda

8

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Escalopa de porc
Tomàquet al forn a la provençal
Fruita del temps

11

FESTA

12

Crema de patata i porro
Macarrons amb salsa de
tomàquet amb pollastre a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps

13

Rissoto amb bolets i formatge
Gallineta al forn
amb llimona
Amanida variada
Vaset gelat

14

Mongeta blanca estofada
(ceba, all, tomàquet i pebrot)
Truita francesa amb pernil dolç
Amanida variada
Fruita del temps



DIA DE LA FAMILIA

15

Bledes amb patates a l'allet
Pollastre al forn
amb pèsols i salsa de poma
Fruita del temps

18

Amanida de patates, tomàquet,
blat de moro i olives
Rotllets de primavera amb salsa agredolça
Amanida variada
Fruita del temps

19

Crema de carbassó i porro
Truita de patata i ceba
Amanida variada
Fruita del temps

20

Espaguettis amb salsa pesto
Filet de lluç el forn
Xips
Fruita del temps

21

Menestra de verdures
(Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba)
Truita a la francesa
Seques a l'allet
Fruita del temps

22

Arròs tres delícies
(ceba, pastanaga i blat de moro)
Pollastre al forn
amb salsa de poma
logurt natural La Fageda

25

Bròquil amb patata
Gall dindi al forn
Rodanxa de carbassó al forn
Fruita del temps

26

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Hamburguesa de coliflor
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

27

Amanida d'arròs
(tomàquet, blat de moro, pastanaga)
Salmó al forn amb taronja
Amanida variada
Fruita del temps

28

Cigrons amb sofregit de tomàquet
(ceba, all i tomàquet)
Truita de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps



ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

29

Macarrons amb beixamel vegetal
Nuggets de gall d'indi
Amanida variada
Pastís



escola
Ignasi
Iglesias

MENÚ: MAIG 2026

TOTS ELS MENÚS ESTAN ACOMPANYATS
AMB AIGUA I PA

AMANIT AMB OLI D'OLIVA I CUINAT
AMB OLI D'OLIVA O OLI GIRASOL ALT OLEIC

Cuinat amb oli d'oliva

DIETA:

SENSE BLAT, FS I OU

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



BENVINGUT MAIG



1

FESTIU

4

Crema de pastanaga
Pollastre a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps

5

Amanida de pasta (s/gluten i s/ou)
(blat de moro, olives, tomàquet i tonyina)
Abadejo al forn
Amanida variada
Fruita del temps

6

Coliflor amb patata
Estofat de gall d'indi a la jardinera
(ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

7

Arròs amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Filet de lluç a la planxa
Amanida variada
logurt natural La Fageda

8

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Llom al forn amb
Tomàquet al forn a la provençal
Fruita del temps

11

FESTA

12

Crema de patata i porro
Macarrons (s/gluten) amb salsa de
tomàquet amb pollastre a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps

13

Rissoto amb bolets i formatge
Gallineta al forn
amb llimona
Amanida variada
Vaset gelat

14

Mongeta blanca estofada
(ceba, all, tomàquet i pebrot)
Gall dindi al forn
Amanida variada
Fruita del temps



15

DIA DE LA FAMILIA

Bledes amb patates a l'allet
Pollastre al forn
amb pèsols i salsa de poma
Fruita del temps

18

Amanida de patates, tomàquet,
blat de moro i olives
Gall dindi al forn
Amanida variada
Fruita del temps

19

Crema de carbassó i porro
Pollastre al forn
Amanida variada
Fruita del temps

20

Espaguettis (s/gluten)
amb salsa de tomàquet
Filet de lluç al forn
Xips
Fruita del temps

21

Menestra de verdures
(Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba)
Gall dindi al forn
Seques a l'allet
Fruita del temps

22

Arròs tres delícies
(ceba, pastanaga i blat de moro)
Pollastre al forn
amb salsa de poma
logurt natural La Fageda

25

Bròquil amb patata
Gall dindi al forn
Rodanxa de carbassó al forn
Fruita del temps

26

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Pollastre al forn
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

27

Amanida d'arròs
(tomàquet, blat de moro, pastanaga)
Salmó al forn amb taronja
Amanida variada
Fruita del temps

28

Cigrons amb sofregit de tomàquet
(ceba, all i tomàquet)
Abadejo al forn
Amanida variada
Fruita del temps



29

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

Macarrons s/g amb salsa beixamel vegetal
Fingers de pollastre
Amanida variada
Vaset gelat



escola
Ignasi
Iglesias

MENÚ: MAIG 2026

TOTS ELS MENÚS ESTAN ACOMPANYATS
AMB AIGUA I PA

AMANIT AMB OLI D'OLIVA I CUINAT
AMB OLI D'OLIVA O OLI GIRASOL ALT OLEIC

Cuinat amb oli d'oliva

DIETA:

Baix en greixos i sucre

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



BENVINGUT MAIG



1

FESTIU

4

Crema de llegums i pastanaga
Pollastre a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps

5

Amanida de pasta
(blat de moro, olives, tomàquet i tonyina)
Truita de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

6

Coliflor amb patata
Estofat de gall d'indi a la jardinera
(ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

7

Arròs amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Filet de lluç a la planxa
Amanida variada
logurt natural La Fageda

8

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Llom al forn
Tomàquet al forn a la provençal
Fruita del temps

11

FESTA

12

Crema de patata i porro
Macarrons amb bolonyesa de llegum
Amanida variada
Fruita del temps

13

Arròs amb salsa de tomàquet
Gallineta al forn
amb llimona
Amanida variada
logurt natural La Fageda

14

Mongeta blanca estofada
(ceba, all, tomàquet i pebrot)
Truita a la francesa
Amanida variada
Fruita del temps



DIA DE LA FAMILIA

15

Bledes amb patates a l'allet
Pollastre al forn
Amanida variada
Fruita del temps

18

Amanida de lleties, tomàquet,
blat de moro i olives
Rotllets de primavera
Amanida variada
Fruita del temps

19

Crema de carbassó i porro
Truita de patata i ceba
Amanida variada
Fruita del temps

20

Espaguettis amb salsa de tomàquet
Filet de lluç el forn
Amanida variada
Fruita del temps

21

Menestra de verdures
(Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba)
Gall dindi al forn
Seques a l'allet
Fruita del temps

22

Arròs tres delícies
(ceba, pastanaga i blat de moro)
Pollastre al forn
Amanida variada
logurt natural La Fageda

25

Bròquil amb patata
Gall dindi al forn
Rodanxa de carbassó al forn
Fruita del temps

26

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Verdures al forn
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

27

Amanida d'arròs
(tomàquet, blat de moro, pastanaga)
Salmó al forn
Amanida variada
Fruita del temps

28

Cigrons amb sofregit de tomàquet
(ceba, all i tomàquet)
Truita de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps



ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

29

Macarrons amb salsa de tomàquet
Pollastre al forn
Amanida variada
logurt natural La Fageda



escola
Ignasi
Iglesias

MENÚ: MAIG 2026

TOTS ELS MENÚS ESTAN ACOMPANYATS
AMB AIGUA I PA

AMANIT AMB OLI D'OLIVA I CUINAT
AMB OLI D'OLIVA O OLI GIRASOL ALT OLEIC

Cuinat amb oli d'oliva

DIETA:

PLV SI VEDELLA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



BENVINGUT MAIG



FESTIU

1

4

Crema de llegums i pastanaga (s/llet)
Lasanya casolana bolonyesa
amb beixamel vegetal
Amanida variada
Fruita del temps

5

Macarrons amb salsa de tomàquet casolana
(ceba, all, tomàquet i pebrot)
Truita de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

6

Coliflor amb patata
Estofat de gall d'indi a la jardinera
(ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

7

Arròs amb samfaina
(pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Filet de lluç a la planxa
Amanida variada
logurt de soja

8

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Escalopa de porc
Tomàquet al forn a la provençal
Fruita del temps

11

FESTA

12

Crema de patata i porro (s/llet)
Macarrons amb bolonyesa de llegum
Amanida variada
Fruita del temps

13

Arròs amb salsa funghi vegetal
Gallineta al forn
amb llimona
Amanida variada
logurt de soja

14

Mongeta blanca estofada
(ceba, all, tomàquet i pebrot)
Truita francesa
Amanida variada
Fruita del temps

DIA DE LA FAMILIA

15

Bledes amb patates a l'allet
Pollastre al forn
amb pèsols i salsa de poma (s/llet)
Fruita del temps



18

Amanida de lleties, tomàquet,
blat de moro i olives
Rotllets de primavera amb salsa agredolça
Amanida variada
Fruita del temps

19

Crema de carbassó i porro (s/llet)
Truita de patata i ceba
Amanida variada
Fruita del temps

20

Espaguettis amb salsa de tomàquet
Filet de lluç el forn
Xips
Fruita del temps

21

Menestra de verdures
(Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba)
Botifarra de porc al forn
Seques a l'allet
Fruita del temps

22

Arròs tres delícies
(ceba, pastanaga i blat de moro)
Pollastre al forn
amb salsa de poma (s/llet)
Fruita del temps

25

Bròquil amb patata
Gall dindi al forn
Rodanxa de carbassó al forn
Fruita del temps

26

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Pollastre al forn
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

27

Amanida d'arròs
(tomàquet, blat de moro, pastanaga)
Salmó al forn amb taronja
Amanida variada
Fruita del temps

28

Cigrons amb sofregit de tomàquet
(ceba, all i tomàquet)
Truita de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

ANYS I ANYS PER MOLTS ANYS

29

Macarrons a la carbonara (llet vegetal)
Nuggets de gall d'indi
Amanida variada
Pastís s/llet

