



Dilluns

- 5** Cal. 463 / H.C. 69 / Lip. 17 / P. 12
 Macarrons amb tomàquet
 Croquetes de pernil amb enciam i pastanaga
 Gelat
 Amanida / Peix i patata / Fruita



Dimarts

- 6** Cal. 588 / H.C. 72 / Lip. 23 / P. 28
 Puré de mongeta blanca i carbassa
 Truita de formatge amb enciam i tomàquet
 Fruita fresca de temporada
 Arròs / Forratge fresc i cereal / Lacti

Dimecres

- 7** Cal. 543 / H.C. 84 / Lip. 16 / P. 21
 Amanida de l'hort (varietat d'enciams, pastanaga, tomàquet, crostons, panís, olives)
 Llenties a la jardineria
 Fruita fresca de temporada
 Patata / Porc i verdura / Lacti



Dijous

- 8** Cal. 656 / H.C. 92 / Lip. 23 / P. 27
 Arròs amb tomàquet
 Contracuixa de pollastre a la canyella, enciam i blat de moro
 Fruita fresca de temporada
 Verdura / Prot. veg. i cereal / Lacti

Divendres

- 9** Cal. 607 / H.C. 100 / Lip. 15 / P. 23
 Tricolor de verdures (mongeta verda, patata i pastanaga)
 Cigrons estofats amb quinoa
 Fruita fresca de temporada
 Pasta / Ou i amanida / Lacti



- 12** Cal. 649 / H.C. 92 / Lip. 24 / P. 22
 Arròs vegetal
 Truita francesa amb enciam i tomàquet
 Fruita fresca de temporada
 Amanida / Au i patata / Lacti

- 13** Cal. 849 / H.C. 93 / Lip. 46 / P. 30
 Amanida de llenties (tomàquet, pastanaga, blat de moro i olives)
 Hamburguesa de vedella 100% amb xips d'albergínia
 Fruita fresca de temporada ECO
 Cereal / Peix i cereal int. / Lacti

- 14** Cal. 566 / H.C. 78 / Lip. 22 / P. 18
 Llacsats a la siciliana (tomàquet, olives negres i alàbrega)
 Seitons a l'andalusa amb enciam i llavors
 logurt natural artesà
 Verdura / Prot.veg. i patata / Fruita



- 15** Cal. 567 / H.C. 95 / Lip. 15 / P. 19
 Vichyssoise
 Mongetes guisades amb arròs
 Fruita fresca de temporada
 Pasta / Au i amanida / Lacti



- 16** Cal. 537 / H.C. 62 / Lip. 22 / P. 26
 Bleda i patata
 Pernilets de pollastre a la llimona amb enciam i brots tendres
 Fruita fresca de temporada
 Arròs / Prot.veg. i amanida / Lacti

- 19** Cal. 457 / H.C. 76 / Lip. 12 / P. 17
 Llenties amb arròs
 Bunyols de bacallà amb enciam i blat de moro
 Fruita fresca de temporada
 Verdura / Ou i patata / Lacti



- 20** **Jornada mediterrània**
 Amanida Caprese (tomàquet, formatge fresc, olives negres, alfàbrega)
 Paella de verdures
 Pa amb oli i xocolata
 Pasta / Porc i verdura / Fruita



- 21** Cal. 579 / H.C. 95 / Lip. 15 / P. 21
 Puré de pastanaga
 Mongetes seques guisades
 Fruita fresca de temporada
 Cereal / Peix i amanida / Lacti



- 22** Cal. 639 / H.C. 79 / Lip. 23 / P. 34
 Amanida verda amb cigrons
 Aletes de pollastre al forn amb enciam i pastanaga
 Fruita fresca de temporada
 Verdura / Prot.veg. i cereal / Lacti

- 23** Cal. 681 / H.C. 98 / Lip. 23 / P. 26
 Espaguetis a la norma
 Truita de patata i ceba amb enciam i tomàquet
 Fruita fresca de temporada
 Arròs / Peix i amanida / Lacti



- 26** Cal. 553 / H.C. 83 / Lip. 17 / P. 23
 Amanida amb tonyina (enciam, tonyina, tomàquet, pastanaga, olives)
 Llenties guisades amb verdures i patata
 Fruita fresca de temporada
 Cereal int. / Peix i verdura / Lacti

- 27** Cal. 664 / H.C. 66 / Lip. 32 / P. 33
 Puré de carbassó i llegums
 Broqueta de gall dindi a la planxa amb enciam i brots tendres
 logurt natural artesà
 Pasta / Formatge fresc i amanida / Fruita

- 28** Cal. 673 / H.C. 86 / Lip. 25 / P. 30
 Espirals amb salsa de formatge
 Lluç al forn amb enciam i tomàquet
 Fruita fresca de temporada
 Amanida / Au i arròs / Lacti

- 29** Cal. 612 / H.C. 66 / Lip. 27 / P. 30
 Escudella vegetal
 Llom adobat a la planxa amb patates xips i amanida
 Fruita fresca de temporada
 Cereal / Ou i amanida / Lacti

- 30** Cal. 716 / H.C. 128 / Lip. 16 / P. 23
 Arròs amb sofregit de tomàquet
 Mongetes estofades amb pebrot
 Fruita fresca de temporada
 Amanida / Peix i cereal / Lacti



Tornem al cole

La calibració nutricional correspon a gramatge estàndar d'una ració d'infant de 7 anys. Cada infant menja segons l'edat i la gana, per tant són dades orientatives. Els menús s'acompanyen de pa

Menú elaborat per la dietista nutricionista Xisca Rebassa col. CAT001289



* A cicle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.

aliments ecològics | Vedella, pasta, llegums i enciam

