

## Dilluns

## Dimarts

## Dimecres

## Dijous

## Divendres

**3** Cal. 688 / H.C. 92 / Lip. 27 / P. 25  
 Arròs amb verdures  
 Pollastre a l'allada amb enciam i llavors  
 Fruita fresca de temporada  
 Verdura / Ou i patata / Lacti



**4** Cal. 598 / H.C. 66 / Lip. 25 / P. 31  
 Tricolor de verdures (bròquil, patata i pastanaga)  
 Fricandó de vedella amb bolets  
 Fruita fresca de temporada ECO  
 Cereal int / Peix i amanida / Lacti

**5** Cal. 668 / H.C. 102 / Lip. 21 / P. 23  
 Puré de patata  
 Cigrons estofats amb carbassa  
 Fruita fresca de temporada  
 Verdura / Ou i cereal / Lacti



**6** Cal. 845 / H.C. 90 / Lip. 37 / P. 41  
 Macarrons bolonyesa vegetal  
 Verat al forn amb salsa de tomàquet, enciam i tomàquet  
 Iogurt natural artesà  
 Amanida / Prot. Veg. i cereal / Fruita

**7** Cal. 637 / H.C. 85 / Lip. 22 / P. 29  
 Mongetes seques amb arròs  
 Truita de de patata i ceba amb enciam i brots tendres  
 Fruita fresca de temporada  
 Verdura / Au i patata / Lacti

**10** Cal. 528 / H.C. 84 / Lip. 16 / P. 18  
 Amanida verda (varietat d'enciams, pastanaga, tomàquet, crostons, panís, olives)  
 Llenties estofades amb arròs  
 Fruita fresca de temporada  
 Cereal int. / Ou i verdura / Lacti

**11** Cal. 797 / H.C. 99 / Lip. 36 / P. 23  
 Tallarines a la napolitana  
 Crestes de tonyina amb varietat d'enciams  
 Iogurt natural artesà  
 Patata / Au i amanida / Fruita



**13** Cal. 613 / H.C. 74 / Lip. 24 / P. 28  
 Puré de llegums  
 Truita de formatge amb enciam i olives  
 Fruita fresca de temporada  
 Amanida / Peix i arròs / Lacti

**14** Cal. 619 / H.C. 99 / Lip. 18 / P. 22  
 Mongeta verda i patata  
 Cigrons estofats amb col i pastanaga  
 Fruita fresca de temporada  
 Cereal / Formatge fresc i amanida / Lacti

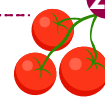


**17** Cal. 612 / H.C. 77 / Lip. 21 / P. 32  
 Fideuà de verdura  
 Falafel amb enciam i olives  
 Fruita fresca de temporada  
 Amanida / Ou i cereal / Lacti



**18** Cal. 557 / H.C. 75 / Lip. 20 / P. 25  
 Amanida amb poma i mandarina (enciam, tomàquet, olives, blat de moro, poma i mandarina)  
 Guisat de gall dindi al romani amb arròs  
 Fruita fresca de temporada  
 Cereal / Peix i verdura / Lacti

**19** Cal. 595 / H.C. 74 / Lip. 21 / P. 31  
 Mongetes estofades  
 Truita francesa amb enciam i tomàquet  
 Fruita fresca de temporada  
 Verdura / Vedella i cereal int. / Lacti



**20** Cal. 741 / H.C. 73 / Lip. 34 / P. 40  
 Arròs amb quinoa, edamame i verdures  
 Sardines al forn amb enciam i blat de moro  
 Iogurt natural artesà  
 Amanida / Cereal i llegum / Fruita

**21** Cal. 449 / H.C. 55 / Lip. 15 / P. 27  
 Sopa de verdures i cigrons  
 Pollastre al forn amb ceba i pastanaga  
 Fruita fresca de temporada  
 Verdura / Ou i cereal integral / Lacti

**24** Cal. 647 / H.C. 80 / Lip. 22 / P. 38  
 Llenties a la jardinera  
 Calamars a la romana amb enciam i blat de moro  
 Fruita fresca de temporada  
 Pasta / Au i verdura / Lacti

**25** Cal. 548 / H.C. 83 / Lip. 18 / P. 19  
 Llacet a la Norma  
 Truita de carbassó amb enciam i llavors  
 Iogurt natural artesà  
 Amanida / Peix i patata / Lacti



**26** Cal. 835 / H.C. 83 / Lip. 46 / P. 28  
 Mongetes amb verduretes  
 Butifarra a la planxa amb enciam i tomàquet  
 Fruita fresca de temporada  
 Cereal / Prot.veg. i amanida / Lacti

**27** Cal. 571 / H.C. 101 / Lip. 16 / P. 12  
 Arròs amb sofregit de tomàquet  
 Quiche de patata amb farina de cigró amb enciam i pastanaga  
 Fruita fresca de temporada  
 Verdura / Ou i cereal / Lacti



**28** **la Castanyada**  
 Crema de pastanaga i moniato  
 Pollastre arrebossat amb patates fregides  
 Castanyes i panellets  
 Cereal / Peix i amanida / Fruita



**31** Cal. 546 / H.C. 69 / Lip. 19 / P. 29  
 Puré de mongeta blanca i carbassa  
 Lluc a la planxa amb all i julivert amb enciam i pastanaga  
 Fruita fresca de temporada  
 Verdura / Ou i arròs / Lacti

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 Rebasca col. CAT001289

aliments ecològics | Vedella, pasta, llegums i enciam



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

