



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1 festa

Menú elaborat per la dietista nutricionista Xisca Rebassa col. CAT001289



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

2 Cal. 683 / H.C. 95 / Lip. 24 / P. 28

Arròs amb sofregit casolà de ceba i tomàquet
Bacallà cruixent amb enciam i pastanaga
Fruita fresca de temporada
Verdura / Vedella i patata / Lacti

3 Cal. 734 / H.C. 80 / Lip. 33 / P. 34

Espirals amb salsa de formatge
Truita francesa amb enciam i tomàquet
logurt natural artesà
Amanida / Ou i patata / Fruita

4 Cal. 705 / H.C. 86 / Lip. 32 / P. 22

Lenties estofades amb arròs
Tastets de bròquil al forn amb enciam i olives
Fruita fresca de temporada
Verdura / Peix i cereal / Lacti



5 Cal. 573 / H.C. 74 / Lip. 19 / P. 29

Sopa d'escudella i cigrons
Pollastre rostit amb patates xips
Fruita fresca de temporada
Amanida / Prot. veg i patata / Lacti



8 Cal. 771 / H.C. 59 / Lip. 50 / P. 23

Puré de verdures de temporada
Salsitxes a la planxa amb enciam i blat de moro
logurt natural artesà
Cereal / Peix i verdura / Fruita

9 Cal. 646 / H.C. 80 / Lip. 24 / P. 31

Cigrons estofats amb bledes
Truita de carbassó amb enciam i olives
Fruita fresca de temporada
Patata / Au i amanida / Lacti



10 Cal. 743 / H.C. 96 / Lip. 33 / P. 21

Amanida Caprese (tomàquet, formatge fresc, olives negres i alfàbrega)
Paella de verdures
Fruita fresca de temporada
Cereal / Peix i verdura / Lacti



11 Cal. 743 / H.C. 88 / Lip. 26 / P. 34

Macarrons a la napolitana
Maires enfarinades amb enciam i llavors
Fruita fresca de temporada
Verdura / Ou i patata / Lacti

12 Cal. 591 / H.C. 100 / Lip. 15 / P. 20

Mongeta tendra i patata
Mongetes estofades amb arròs
Fruita fresca de temporada
Cereal / Au i amanida / Lacti

15 Cal. 768 / H.C. 103 / Lip. 25 / P. 31

Arròs estil cantonès (ceba, pèsols i pastanaga)
Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga
Fruita fresca de temporada
Amanida / Peix i cereal / Lacti

16 Cal. 730 / H.C. 82 / Lip. 32 / P. 25

Llenties amb salsa de tomàquet
Hamburguesa vegetal amb enciam i brots de soja
Fruita fresca de temporada
Verdura / Au i patata / Lacti



17 Cal. 618 / H.C. 88 / Lip. 20 / P. 27

Espaguetis amb sofregit de tomàquet i carbassó
Lluç al forn amb enciam i poma
Fruita fresca de temporada
Verdura / Vedella i cereal / Lacti

18 Cal. 576 / H.C. 84 / Lip. 19 / P. 21

Amanida completa (enciam, tomàquet, blat de moro, olives, tonyina)
Cigrons guisats
Fruita fresca de temporada
Patata / Ou i amanida / Lacti



19 Cal. 521 / H.C. 70 / Lip. 17 / P. 27

Espinacs i patata a l'allet
Daus de gall dindi amb hortalisses
logurt natural artesà
Cereal / Peix i amanida / Fruita



22 Cal. 669 / H.C. 56 / Lip. 36 / P. 31

Amanida russa
Seitons en tempura amb enciam i tomàquet
Fruita fresca de temporada
Cereal / Au i verdura / Lacti

23 Cal. 584 / H.C. 79 / Lip. 21 / P. 24

Arròs amb quinoa, edamame i verdures
Truita de formatge amb enciam i olives
Fruita fresca de temporada
Amanida / Prot.veg. i patata / Lacti



24 Cal. 550 / H.C. 86 / Lip. 16 / P. 21

Llenties estofades amb quinoa
Truita de formatge amb enciam i poma
Fruita fresca de temporada
Cereal / Peix i verdura / Lacti



25 Cal. 563 / H.C. 61 / Lip. 22 / P. 34

Tricolor de verdura (bleda, patata i pastanaga)
Estofat de vedella amb xampinyons
logurt natural artesà
Cereal / Prot.veg. i amanida / Fruita

26 Cal. 683 / H.C. 119 / Lip. 16 / P. 23

Puré de mongeta blanca i pastanaga
Fideuà vegetariana
Fruita fresca de temporada ECO
Cereal / Ou i amanida / Lacti



29 Cal. 642 / H.C. 83 / Lip. 22 / P. 33

Llenties amb hortalisses fresques
Truita de carbassó amb enciam i brots de soja
Fruita fresca de temporada
Verdura / Au i cereal / Lacti

30 Cal. 695 / H.C. 98 / Lip. 25 / P. 25

Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, pastanaga i olives)
Lluç al forn amb picada d'all i julivert amb enciam i poma
logurt natural artesà
Verdura / Prot.veg. i cereal / Fruita



31 Cal. 660 / H.C. 76 / Lip. 27 / P. 33

Cigrons amb carbassa
Pollastre a l'allada amb enciam i tomàquet
Fruita fresca de temporada
Verdura / Ou i patata / Lacti

CLICA per DESCUBRIR



aliments ecològics
Vedella, pasta, llegums i enciam

