



DILLUNS



K H L

Arròs muntanya
(Vedella, au, ceba i porro)
Truita francesa
Enciam i olives

K 600,9 H 62,3 P 37,6 L 23,0



K H P L

Empedrat de fèsols (mongeta blanca)
(Tonyina, tomàquet, blat de moro, pastanaga)

Truita de patata i ceba
Enciam i olives

K 678,9 H 59,6 P 33,0 L 37,5

Mongeta tendra
amb patata
Pernilets de pollastre al forn
amb poma

K 660,1 H 104,6 P 20,8 L 17,6

DIMARTS

- CONTÉ PRODUCTE ECOLÒGIC I PROXIMITAT
- 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
- MENÚ AMB VALORS NUTRICIONALS

K H P L

Purè d'hortalisses
amb crostonets de pa
Estofat de gall d'indi fornejat
amb patates

K 697,0 H 83,0 P 23,5 L 33,2

Minestra de verdures
(patata, pastanaga, mongeta verda)
Truita francesa amb formatge
Enciam i olives

K 629,4 H 72,5 P 38,5 L 20,1

Purè de carbassó ecològic
amb crostonets de pa
Filet de gall d'indi a la planxa
amb oli, all, julivert i Enciam i pastanaga

K 750,8 H 88,8 P 36,4 L 38,8

Tirabuixons
amb salsa pesto (oli i albahaca)
Filet d'abadejo al forn
Enciam i pastanaga

K 674,7 H 68,6 P 30,9 L 33,9

DIMECRES



BEINGUT MAIG



K H P L

Dia de Palumne

K H P L

Espirals al forn
amb salsa bolognesa de lleties
Seitons al forn
Enciam i blat de moro

K 559,3 H 51,5 P 30,3 L 26,0

Arros tres delícies
(pastanaga, blat moro i xampinyons)
Filet de lluç al forn
Enciam i cogombre

K 791,5 H 94,4 P 42,0 L 25,4

Lleties ECO estof. amb verdures
(Ceba , pastanaga, tomàquet i pebrot)
Truita d'espínacs i patata
Enciam i blat de moro

K 653,4 H 83,1 P 27,3 L 19,1

DIJOUS

K H P L

Coliflor al forn
amb patata i beixamel vegetal (soia)
Pernilets de pollastre al forn
Enciam i blat de moro

K 614,3 H 68,4 P 14,0 L 21,3

Arròs amb verduretes
i carxofes
Filet de lllom a la planxa
Enciam i pastanaga

K 514,1 H 64,5 P 32,5 L 17,4

Lasanya bolognesa
amb beixamel V.
Hamburguesa de coliflor
Enciam i blat de moro

K 592,0 H 53,8 P 21,0 L 12,2

Rissotto (arròs)
amb salsa funghi Vegetal (soia, bolets)
Hamburguesa de vedella al forn
Enciam i olives

K 641,0 H 60,1 P 39,5 L 19,9

DIVENDRES

FESTIU

K H P L

Amanida de llegums
Salmó al forn
Enciam i pastanaga

K 714,2 H 70,3 P 49,4 L 36,7

Purè de carbassa
Salsitxes de vedella al forn
amb samfaina
iogurt la fageda

K 625,4 H 81,1 P 24,1 L 22,3

Bròquil al forn
amb patata
Fajites de blat
amb (pollastre, ceba, pebrot, tomàquet)

K 689,4 H 60,4 P 33,5 L 36,1

Amanida russa(Tonyina, pèsols,
pastanaga, patata i maionesa)
Filet de lllom a la planxa
amb xampinyons, oli d'oliva i julivert
iogurt la fageda

K 846,8 H 72,2 P 35,4 L 54,7

DILLUNS



K H P L

Arròs amb verdures
i carxofes
Truita francesa
Enciam i olives
Fruita

K H P L

FESTA

K H P L

Empedrat de fèsols (mongeta blanca)
(Tonyina, tomàquet, blat de moro, pastanaga)

Truita de patata i ceba
Enciam i olives

K H P L

Mongeta tendra
amb patata
Cuixetes de pollastre rostides (HALAL)
amb poma

K H P L

DIMARTS

CONTÉ PRODUCTE ECOLÒGIC I PROXIMITAT

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

MENÚ AMB VALORS NUTRICIONALS

K H P L

Purè d'hortalisses
amb crostonets de pa
Nuggets de gall d'indi HALAL
Amanida variada

K H P L

Minestra de verdures
(patata, pastanaga, mongeta verda)
Truita francesa amb formatge
Enciam i olives

K H P L

Purè de carbassó ecològic
amb crostonets de pa
Pit de gall d'indi al forn (Halal)
Enciam i pastanaga

K H P L

Tirabuixons
amb salsa pesto (oli i albahaca)
Filet d'abadejo al forn
Enciam i pastanaga

K H P L

DIMECRES



BEIvingut MAIG

K H P L

Dia
de
Palumne

K H P L

Espirals al forn
amb salsa bolognesa de lleties
Seitons al forn
Enciam i blat de moro

K H P L

Arros tres delícies
(pastanaga, blat moro i xampinyons)
Filet de lluç al forn
Enciam i cogombre

K H P L

Lleties ECO estof. amb verdures
(Ceba , pastanaga, tomàquet i pebrot)
Truita d'espinaacs i patata
Enciam i blat de moro

K H P L

DIJOUS

K H P L

Coliflor al forn
amb patata i beixamel vegetal (soia)
Cuixetes de pollastre rostides (HALAL)
Enciam i blat de moro

K H P L

Arròs amb verdures
i carxofes
Falafels de llegums al forn
Enciam i pastanaga

K H P L

Lasanya de pisto
amb beixamel
Hamburguesa de coliflor
Enciam i blat de moro

K H P L

Risotto (arròs)
amb salsa funghi Vegetal (soia, bolets)
Hamburguesa de vedella al forn (HALAL)
Enciam i olives

K H P L

DIVENDRES



FESTIU

K H P L

Amanida de llegums
Salmó al forn
Enciam i pastanaga

K H P L

Purè de carbassa
Hamburguesa de vedella al forn (HALAL)
amb samfaina
iogurt la fageda

K H P L

Bròquil al forn
amb patata
Fajites de blat
amb (pollastre, ceba, pebrot, tomàquet)

K H P L

Amanida russa(Tonyina, pèsols,
pastanaga, patata i maionesa)
Falafels de llegums al forn
amb salsa de tomàquet
iogurt la fageda

K H P L

DILLUNS



K L

Arròs muntanya
(Vedella, au, ceba i porro)
Truitada francesa
Enciam i olives
Fruita

K H P L

4

DIMARTS

- CONTE PRODUCTE ECOLÒGIC I PROXIMITAT
- 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
- MENÚ AMB VALORS NUTRICIONALS

K H P L

Purè d'hortalisses
Estofat de gall d'indi fornejat amb patates
Fruita

K H P L

5

DIMECRES



K H P L

Dià de Palumna

K H P L

6

DIJOUS

BENVINGUT MAIG

K H P L

Coliflor al forn amb patata i beixamel vegetal (soia)
Pernilets de pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

7

DIVENDRES



FESTIU

K H P L

Amanida de llegums
Salmó al forn
Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

8

FESTA

K H P L

11

Minestra de verdures (patata, pastanaga, mongeta verda)
Truitada francesa amb formatge
Enciam i olives
Fruita

K H P L

12

Macarrons S/G amb formatge gratinat
Salmó al forn
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

13

Arròs amb verdures i carxofes
Filet de llom a la planxa
Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

14

Purè de carbassa
Salsitxes de vedella al forn amb samfaina
logurt la fageda

K H P L

15

mpedrat de fèsols (mongeta blanca)
(Tonyina, tomàquet, blat de moro, pastanaga)

Truitada de patata i ceba
Enciam i olives
Fruita

K H P L

18

Purè de carbassó ecològic
Filet de gall d'indi a la planxa amb oli, all, julivert i Enciam i pastanaga

K H P L

19

Arros tres delícies (pastanaga, blat moro i xampinyons)
Filet de lluç a la planxa amb oli i julivert
Enciam i cogombre
Fruita

K H P L

20

Macarrons S/G amb formatge gratinat
Fingers d'au
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

21

Bròquil al forn amb patata
Panini S/G i sense al·lèrgens amb (pollastre, ceba, pebrot, tomàquet)
Gelats sense al·lèrgens

K H P L

22

Mongeta tendra amb patata
Pernilets de pollastre al forn amb poma
Fruita

K H P L

25

Macarrons S/G amb salsa pesto (oli i albahaca)
Salmó al forn
Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

26

Cigrons amb arròs oli al i julivert
Truitada d'espinaçs i patata
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

27

Risotto (arròs) amb salsa funghi Vegetal (soia, bolets)
Hamburguesa de vedella al forn
Enciam i olives
Fruita

K H P L

28

Amanida russa (Tonyina, pèsols, pastanaga, patata i maionesa)
Filet de llom a la planxa amb xampinyons, oli d'oliva i julivert
logurt la fageda

K H P L

29



DILLUNS



K H P L

DIMARTS

- CONTÉ PRODUCTE ECOLÒGIC I PROXIMITAT
- 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
- MENÚ AMB VALORS NUTRICIONALS

K H P L

DIMECRES



K H P L

DIJOUS

DEVINGUT MAIG

K H P L

DIVENDRES



FESTIU

K H P L

4
Arròs muntanya (Vedella, au, ceba i porro)
Truita francesa
Enciam i olives
Fruita

K H P L

5
Purè d'hortalisses
Estofat de gall d'indi fornejat amb patates
Fruita

K H P L

6
Dia de Palumna

K H P L

7
Coliflor al forn amb patata i beixamel vegetal (soia)
Cuixeta de pollastre rostit H
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

8
Amanida de llegums
Salmó al forn
Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

11
FESTA

K H P L

12
Minestra de verdures (patata, pastanaga, mongeta verda)
Truita francesa
Enciam i olives
Fruita

K H P L

13
Espirals al forn amb salsa bolognesa de lleties
Salmó al forn
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

14
Arròs amb verdures i carxofes
Falafels de llegums al forn
Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

15
Purè de carbassa
Salsitxes de vedella al forn amb samfaina
Iogurt sense lactosa

K H P L

18
Empedrat de fèsols (mongeta blanca) (Tonyina, tomàquet, blat de moro, pastanaga)
Truita de patata i ceba
Enciam i olives
Fruita

K H P L

19
Purè d'hortalisses
Hamburguesa de vedella al forn
Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

20
Arros tres delícies (pastanaga, blat moro i xampinyons)
Filet de lluç a la planxa amb oli i julivert
Enciam i cogombre
Fruita

K H P L

21
Lasanya bolognesa amb beixamel V.
Fingers d'au
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

22
Bròquil al forn amb patata
Fajites de blat amb (pollastre, ceba, pebrot, tomàquet)
Gelat sense al·lèrgens

K H P L

25
Mongeta tendra amb patata
Cuixeta de pollastre rostit H
Amanida variada
Fruita

K H P L

26
Tirabuixons amb oli d'oliva i julivert
Filet d'abadejo al forn
Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

27
Lleties ECO estof. amb verdures (Ceba , pastanaga, tomàquet i pebrot)
Truita d'espinaçs i patata
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

28
Rissotto (arròs) amb salsa funghi Vegetal (soia, bolets)
Hamburguesa de vedella al forn
Enciam i olives
Fruita

K H P L

29
Amanida russa (Tonyina, pèsols, pastanaga, patata i maionesa)
Falafels de llegums al forn amb salsa de tomàquet
Iogurt sense lactosa

K H P L

DILLUNS



K H P L

Arròs amb verdures
i carxofes
Truita francesa
Enciam i olives
Fruita

K H P L

DIMARTS

- CONTÉ PRODUCTE ECOLÒGIC I PROXIMITAT
- 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
- MENÚ AMB VALORS NUTRICIONALS

K H P L

Purè d'hortalisses
Estofat de gall d'indi fornejat
amb patates
Fruita

K H P L

DIMECRES



BENVINGUT MAIG



K H P L

Dià de l'Alumna

K H P L

DIJOUS

K H P L

Coliflor al forn 17150030
amb patata i beixamel vegetal (soia)
Cuixeta de pollastre rostit H
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

DIVENDRES

FESTIU

K H P L

Amanida de llegums
Salmó al forn
Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

FESTA

K H P L

Minestra de verdures
(patata, pastanaga, mongeta verda)
Truita francesa
Enciam i olives
Fruita

K H P L

Espirals al forn
amb salsa bolognesa de lleties
Salmó al forn
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

Arròs amb verdures
i carxofes
Falafels de llegums al forn
Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

Purè de carbassa
Gall d'indi fornejat (tires))H
Amanida variada
Compota multifruites

K H P L

Empedrat de fèsols (mongeta blanca)
(Tonyina, tomàquet, blat de moro, pastanaga)

Truita de patata i ceba
Enciam i olives
Fruita

K H P L

Purè d'hortalisses
Filet de gall d'indi a la planxa
Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

Arros tres delícies
(pastanaga, blat moro i xampinyons)
Filet de lluç a la planxa amb oli i julivert
Enciam i cogombre
Fruita

K H P L

Espirals al forn
amb oli d'oliva i orenga
Fingers d'au
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

Bròquil al forn
amb patata
Fajites de blat
amb (pollastre, ceba, pebrot, tomàquet)
Gelat sense al·lèrgens

K H P L

Mongeta tendra
amb patata
Cuixeta de pollastre rostit H
Amanida variada
Fruita

K H P L

Tirabuixons
amb oli d'oliva i julivert
Filet d'abadejo al forn
Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

Lleties ECO estof. amb verdures
(Ceba , pastanaga, tomàquet i pebrot)
Truita d'espinaacs i patata
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

Risotto (arròs)
amb salsa funghi Vegetal (soia, bolets)
Gall d'indi fornejat (tires))H
Enciam i olives
Fruita

K H P L

Amanida russa(Tonyina, pèsols,
pastanaga, patata i maionesa)
Falafels de llegums al forn
amb salsa de tomàquet
Compota multifruites

K H P L



DILLUNS



K H P L

Arròs muntanya
(Vedella, au, ceba i porro)
Rotllet de primavera
Enciam i olives

K H P L

DIMARTS

- CONTÉ PRODUCTE ECOLÒGIC I PROXIMITAT
- 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
- MENÚ AMB VALORS NUTRICIONALS

K H P L

Purè d'hortalisses
amb crostonets de pa
Estofat de gall d'indi fornejat
amb patates

K H P L

DIMECRES



BENVINGUT MAIG

K H P L

Dià de Palumna

K H P L

DIJOUS



K H P L

Coliflor al forn
amb patata i beixamel vegetal (soia)
Pernilets de pollastre al forn
Enciam i blat de moro

K H P L

DIVENDRES

FESTIU

K H P L

Amanida de llegums
Salmó al forn
Enciam i pastanaga

K H P L

FESTA

K H P L

Empedrat de fèsols (mongeta blanca)
(Tonyina, tomàquet, blat de moro, pastanaga)

Pollastre fornejat (Tires) H
Enciam i olives

K H P L

Minestra de verdures
(patata, pastanaga, mongeta verda)
Cuixeta de pollastre rostit H
Enciam i olives

K H P L

Purè de carbassó ecològic
amb crostonets de pa
Hamburguesa de vedella al forn
Enciam i pastanaga

K H P L

Espirals al forn
amb salsa bolongesa de lleties
Salmó al forn
Enciam i blat de moro

K H P L

Arros tres delícies
(pastanaga, blat moro i xampinyons)
Filet de lluç a la planxa amb oli i julivert
Enciam i cogombre

K H P L

Arròs amb verdures
i carxofes
Falafels de llegums al forn
Enciam i pastanaga

K H P L

Espirals al forn
amb formatge gratinat
Fingers d'au
Enciam i blat de moro

K H P L

Purè de carbassa
Salsitxes de vedella al forn
amb samfaina
iogurt la fageda

K H P L

Bròquil al forn
amb patata
Fajites de blat
amb (pollastre, ceba, pebrot, tomàquet)

K H P L

Mongeta tendra
amb patata
Pernilets de pollastre al forn
amb poma

K H P L

Tirabuixons
amb oli d'oliva i julivert
Filet d'abadejo al forn
Enciam i pastanaga

K H P L

Lleties ECO estof. amb verdures
(Ceba , pastanaga, tomàquet i pebrot)
Rotllet de primavera
Enciam i blat de moro

K H P L

Risotto (arròs)
amb salsa funghi Vegetal (soia, bolets)
Hamburguesa de vedella al forn
Enciam i olives

K H P L

Amanida tricolor (pesols, pastan, patata)
amb oli d'oliva
Falafels de llegums al forn
amb salsa de tomàquet
iogurt la fageda

K H P L



DILLUNS



K H L

DIMARTS

- CONTÉ PRODUCTE ECOLÒGIC I PROXIMITAT
- 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
- MENÚ AMB VALORS NUTRICIONALS

K H P L

DIMECRES



K H P L

DIJOUS

BENVINGUT MAIG

K H P L

DIVENDRES



FESTIU

K H P L

Arròs muntanya
(Vedella, au, ceba i porro)
Truita francesa
Enciam i olives
Fruita

K H P L

Purè d'hortalisses
amb crostonets de pa
Estofat de gall d'indi fornejat
amb patates
Fruita

K H P L

Dia
de
l'Alumne

K H P L

Coliflor al forn
amb patata i beixamel vegetal (soia)
Pernilets de pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

Amanida de llegums
Salmó al forn
Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

FESTA

K H P L

Minestra de verdures
(patata, pastanaga, mongeta verda)
Truita francesa amb formatge
Enciam i olives
Fruita

K H P L

Espirals al forn
amb salsa bolognesa de lleties
Seitons al forn
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

Arròs amb verdures
i carxofes
Falafels de llegums al forn
Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

Purè de carbassa
Salsitxes de vedella al forn
amb samfaina
iogurt la fageda

K H P L

Empedrat de fèsols (mongeta blanca)
(Tonyina, tomàquet, blat de moro, pastanaga)
Truita de patata i ceba
Enciam i olives
Fruita

K H P L

Purè de carbassó ecològic
amb crostonets de pa
Filet de gall d'indi a la planxa
amb oli, all, julivert i Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

Arros tres delícies
(pastanaga, blat moro i xampinyons)
Filet de lluç al forn
Enciam i cogombre
Fruita

K H P L

Lasanya de pisto
amb beixamel
Hamburguesa de coliflor
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

Bròquil al forn
amb patata
Fajites de blat
amb (pollastre, ceba, pebrot, tomàquet)
Gelats

K H P L

Mongeta tendra
amb patata
Pernilets de pollastre al forn
amb poma
Fruita

K H P L

Tirabuixons
amb salsa pesto (oli i albahaca)
Filet d'abadejo al forn
Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

Lleties ECO estof. amb verdures
(Ceba , pastanaga, tomàquet i pebrot)
Truita d'espinaçs i patata
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

Risotto (arròs)
amb salsa funghi Vegetal (soia, bolets)
Hamburguesa de vedella al forn
Enciam i olives
Fruita

K H P L

Amanida russa(Tonyina, pèsols,
pastanaga, patata i maionesa)
Falafels de llegums al forn
amb salsa de tomàquet
iogurt la fageda

K H P L



DILLUNS



K H P L

Arròs amb verdures
i carxofes
Truita francesa
Enciam i olives
Fruita

K H P L

DIMARTS

- CONTE PRODUCTE ECOLÒGIC I PROXIMITAT
- 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
- MENÚ AMB VALORS NUTRICIONALS

K H P L

Purè d'hortalisses
amb crostonets de pa
Falafels de llegums al forn
amb salsa de tomàquet

K H P L
Fruita

DIMECRES



BENVINGUT MAIG

K H P L

Dià de Palumna

K H P L

DIJOUS



K H P L

Coliflor al forn
amb patata i beixamel vegetal (soia)
Truita de patata i ceba
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

DIVENDRES

FESTIU

K H P L

Amanida de llegums
Salmó al forn
Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

4

5

6

7

8

11

FESTA

K H P L

Minestra de verdures
(patata, pastanaga, mongeta verda)
Truita francesa amb formatge
Enciam i olives
Fruita

K H P L

12

Espirals al forn
amb salsa bolognesa de lleties
Seitons al forn
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

13

Arròs amb verdures
i carxofes
Falafels de llegums al forn
Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

14

Purè de carbassa
Rotllet de primavera
Amanida variada
iogurt la fageda

K H P L

15

18

Empedrat de fèsols (mongeta blanca)
(Tonyina, tomàquet, blat de moro, pastanaga)

Truita de patata i ceba
Enciam i olives
Fruita

K H P L

Purè de carbassó ecològic
amb crostonets de pa
Rotllet de primavera
Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

19

Arros tres delícies
(pastanaga, blat moro i xampinyons)
Filet de lluç al forn
Enciam i cogombre
Fruita

K H P L

20

Lasanya de pisto
amb beixamel
Hamburguesa de coliflor
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

21

Bròquil al forn
amb patata
Fajites de blat
Truita i verdures (tomàq, ceba, carbassó)

K H P L
Gelat

22

25

Mongeta tendra
amb patata
Truita de patata i ceba
Amanida variada
Fruita

K H P L

Tirabuixons
amb salsa pesto (oli i albahaca)
Filet d'abadejo al forn
Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

26

Lleties ECO estof. amb verdures
(Ceba , pastanaga, tomàquet i pebrot)
Truita d'espínacs i patata
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

27

Risotto (arròs)
amb salsa funghi Vegetal (soia, bolets)
Rotllet de primavera
Enciam i olives
Fruita

K H P L

28

Amanida russa (Tonyina, pèsols,
pastanaga, patata i maionesa)
Falafels de llegums al forn
amb salsa de tomàquet
iogurt la fageda

K H P L

29

DILLUNS



K H P L

Arròs muntanya
(Vedella, au, ceba i porro)
Truita francesa
Enciam i olives
Fruita

K H P L

4

DIMARTS

- CONTÉ PRODUCTE ECOLÒGIC I PROXIMITAT
- 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
- MENÚ AMB VALORS NUTRICIONALS

K H P L

Purè d'hortalisses
amb crostonets de pa
Estofat de gall d'indi fornejat
amb patates
Fruita

K H P L

5

DIMECRES



BENVINGUT MAIG



K H P L

Dià de Palumna

K H P L

6

DIJOUS

K H P L

Coliflor al forn
amb patata i beixamel vegetal (soia)
Pernilets de pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

7

DIVENDRES

FESTIU

K H P L

Amanida de llegums
Hamburguesa de vedella al forn
Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

8

FESTA

K H P L

11

Minestra de verdures
(patata, pastanaga, mongeta verda)
Truita francesa amb formatge
Enciam i olives
Fruita

K H P L

12

Espirals al forn
amb salsa bolognesa de lleties
Contracuixa d'au al forn
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

13

Arròs amb verdures
i carxofes
Filet de llom a la planxa
Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

14

Purè de carbassa
Salsitxes de vedella al forn
amb samfaina
logurt la fageda

K H P L

15

Empedrat de fèsols (mongeta blanca)
(Tomàquet, blat de moro, pastanaga)
Truita de patata i ceba
Enciam i olives
Fruita

K H P L

18

Purè de carbassó ecològic
amb crostonets de pa
Filet de gall d'indi a la planxa
amb oli, all, julivert i Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

19

Arros tres delícies
(pastanaga, blat moro i xampinyons)
Falafels de llegums al forn
Enciam i cogombre
Fruita

K H P L

20

Lasanya bolognesa
amb beixamel V.
Hamburguesa de coliflor
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

21

Bròquil al forn
amb patata
Fajites de blat
amb (pollastre, ceba, pebrot, tomàquet)
Gelat sense al·lèrgens

K H P L

22

Mongeta tendra
amb patata
Pernilets de pollastre al forn
amb poma
Fruita

K H P L

25

Tirabuixons
amb salsa pesto (oli i albahaca)
Contracuixa d'au al forn
Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

26

Lleties ECO estof. amb verdures
(Ceba , pastanaga, tomàquet i pebrot)
Truita d'espínacs i patata
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

27

Risotto (arròs)
amb salsa funghi Vegetal (soia, bolets)
Hamburguesa de vedella al forn
Enciam i olives
Fruita

K H P L

28

Amanida tricolor (pesols, pastanaga, patata)
amb oli d'oliva
Filet de llom a la planxa
amb xampinyons, oli d'oliva i julivert
logurt la fageda

K H P L

29

DILLUNS



DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

- CONTÉ PRODUCTE ECOLÒGIC I PROXIMITAT
- 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
- MENÚ AMB VALORS NUTRICIONALS



BENVINGUT MAIG



FESTIU

K H P L

4

Arròs amb verdures
i carxofes
Truita francesa
Enciam i olives
Fruita

K H P L

5

Purè d'hortalisses
Estofat de gall d'indi fornejat
amb patates
Fruita

K H P L

K H P L

6

Dia de l'Alumne

K H P L

K H P L

7

Coliflor al forn
amb patata i oli d'oliva
Pernilets de pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

K H P L

8

Amanida de llegums
Salmó al forn
Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

11

FESTA

K H P L

12

Minestra de verdures
(patata, pastanaga, mongeta verda)
Truita francesa
Enciam i olives
Fruita

K H P L

13

Espirals al forn
amb oli d'oliva i espècies
Salmó al forn
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

14

Arròs amb verdures
i carxofes
Filet de llom a la planxa
Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

15

Purè de carbassa
Gall d'indi fornejat (tires)H
Amanida variada
iogurt desnatat

K H P L

18

Empedrat de fèsols (mongeta blanca)
(Tomàquet, blat de moro, pastanaga)

Truita francesa
Enciam i olives
Fruita

K H P L

19

Purè de carbassó ecològic
Filet de gall d'indi a la planxa
amb oli, all, julivert i Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

20

Arros tres delícies
(pastanaga, blat moro i xampinyons)
Filet de lluç a la planxa amb oli i julivert
Enciam i cogombre
Fruita

K H P L

21

Lasanya de pisto
amb beixamel
Hamburguesa de coliflor
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

22

Bròquil al forn
amb patata
Pollastre fornejat (Tires) H
Amanida variada
iogurt desnatat

K H P L

25

Mongeta tendra
amb patata
Pernilets de pollastre al forn
Amanida variada
Fruita

K H P L

26

Tirabuixons
amb oli d'oliva i julivert
Salmó al forn
Enciam i pastanaga
Fruita

K H P L

27

Llenties ECO estof. amb verdures
(Ceba , pastanaga, tomàquet i pebrot)
Truita francesa
Enciam i blat de moro
Fruita

K H P L

28

Arròs
amb salsa funghi Vegetal (soia, bolets)
Gall d'indi fornejat (tires)H
Enciam i olives
Fruita

K H P L

29

Amanida tricolor (pesols, pastan, patata)
amb oli d'oliva
Filet de llom a la planxa
amb salsa de tomàquet
iogurt desnatat

K H P L

DILLUNS






K H P L

Arròs muntanya
(Vedella, au, ceba i porro)
Truita francesa
Enciam i olives

K H P L

DIMARTS

-  CONTÉ PRODUCTE ECOLÒGIC I PROXIMITAT
-  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
-  MENÚ AMB VALORS NUTRICIONALS

K H P L

Purè d'hortalisses

Estofat de gall d'indi fornejat
amb patates

Fruita
K H P L

DIMECRES



BENVINGUT MAIG

K H P L

Dià de Palumna

K H P L

DIJOUS



K H P L

Coliflor al forn
amb patata i beixamel vegetal (soia)
Pernilets de pollastre al forn
Enciam i blat de moro

Fruita
K H P L

DIVENDRES

FESTIU

K H P L

Amanida de llegums

Salmó al forn
Enciam i pastanaga

Fruita
K H P L

FESTA

K H P L

Minestra de verdures
(patata, pastanaga, mongeta verda)
Truita francesa amb formatge
Enciam i olives

Fruita
K H P L

Espirals al forn
amb salsa bolognesa de lleties
Seitons al forn
Enciam i blat de moro

Fruita
K H P L

Arròs amb verduretes
i carxofes
Filet de llom a la planxa
Enciam i pastanaga

Fruita
K H P L

Purè de carbassa
Salsitxes de vedella al forn
amb samfaina
iogurt la fageda

K H P L

Empedrat de fèsols (mongeta blanca)
(Tonyina, tomàquet, blat de moro, pastanaga)

Truita de patata i ceba
Enciam i olives

Fruita
K H P L

Purè de carbassó ecològic

Filet de gall d'indi a la planxa
amb oli, all, julivert i Enciam i pastanaga

Fruita
K H P L

Arros tres delícies
(pastanaga, blat moro i xampinyons)
Filet de lluç al forn
Enciam i cogombre

Fruita
K H P L

Lasanya bolognesa
amb beixamel V.
Hamburguesa de coliflor
Enciam i blat de moro

Fruita
K H P L

Bròquil al forn
amb patata
Fajites de blat
amb (pollastre, ceba, pebrot, tomàquet)

Gelat sense al·lèrgens
K H P L

Mongeta tendra
amb patata
Pernilets de pollastre al forn
amb poma

Fruita
K H P L

Tirabuixons
amb oli d'oliva i julivert
Filet d'abadejo al forn
Enciam i pastanaga

Fruita
K H P L

Lleties ECO estof. amb verdures
(Ceba , pastanaga, tomàquet i pebrot)
Truita d'espinaçs i patata
Enciam i blat de moro

Fruita
K H P L

Rissotto (arròs)
amb salsa funghi Vegetal (soia, bolets)
Hamburguesa de vedella al forn
Enciam i olives

Fruita
K H P L

Amanida russa(Tonyina, pèsols,
pastanaga, patata i maionesa)
Filet de llom a la planxa
amb xampinyons, oli d'oliva i julivert
iogurt la fageda

K H P L



DILLUNS



K H P L

Arròs muntanya
(Vedella, au, ceba i porro)
Rotllet de primavera
Enciam i olives

K H P L

Fruita

4

DIMARTS

- CONTÉ PRODUCTE ECOLÒGIC I PROXIMITAT
- TOTS ELS MENUS ESTAN ACOMPANYATS AMB AIGUA I PA
- AMANIT AMB OLI D'OLIVA I CUINAT AMB OLI D'OLIVA O OLI GIRASOL ALT OLEIC
- MENÚ AMB VALORS NUTRICIONALS

K H P L

Purè d'hortalisses
amb crostonets de pa
Estofat de gall d'indi fornejat
amb patates

K H P L

Fruita

5

DIMECRES



BENVINGUT MAIG

K H P L

Dia de l'alumne

K H P L

Espirals al forn
amb salsa bolongesa de lleties
Contracuixa d'au al forn
Enciam i blat de moro

K H P L

Fruita

6

DIJOUS



K H P L

Coliflor al forn
amb patata i beixamel vegetal (soia)
Pernilets de pollastre al forn
Enciam i blat de moro

K H P L

Fruita

7

DIVENDRES

FESTIU

K H P L

Amanida de llegums
Hamburguesa de vedella al forn
Enciam i pastanaga

K H P L

Fruita

8

FESTA

K H P L

Minestra de verdures
(patata, pastanaga, mongeta verda)
Rotllet de primavera
Enciam i olives

K H P L

Fruita

11

12

Espirals al forn
amb salsa bolongesa de lleties
Contracuixa d'au al forn
Enciam i blat de moro

K H P L

Fruita

13

Arròs amb verduretes
i carxofes
Falafels de llegums al forn
Enciam i pastanaga

K H P L

Fruita

14

Purè de carbassa
Salsitxes de vedella al forn
amb samfaina
iogurt la fageda

K H P L

15

Empedrat de fèsols (mongeta blanca)

Pollastre fornejat (Tires) H
Enciam i olives

K H P L

Fruita

18

Purè de carbassó ecològic
amb crostonets de pa
Fingers de gall d'indi
Enciam i pastanaga

K H P L

Fruita

19

Arros tres delícies
(pastanaga, blat moro i xampinyons)
Falafels de llegums al forn
Enciam i cogombre

K H P L

Fruita

20

Espirals al forn
amb formatge gratinat
Hamburguesa de vedella al forn
Enciam i blat de moro

K H P L

Fruita

21

Bròquil al forn
amb patata
Fajites de blat
amb (pollastre, ceba, pebrot, tomàquet)

K H P L

22

Gelat sense al·lèrgens

Mongeta tendra
amb patata
Pernilets de pollastre al forn
amb poma

K H P L

Fruita

25

Tirabuixons
amb oli d'oliva i julivert
Contracuixa d'au al forn
Enciam i pastanaga

K H P L

Fruita

26

Lleties ECO estof. amb verdures
(Ceba , pastanaga, tomàquet i pebrot)
Rotllet de primavera
Enciam i blat de moro

K H P L

Fruita

27

Risotto (arròs)
amb salsa funghi Vegetal (soia, bolets)
Hamburguesa de vedella al forn
Enciam i olives

K H P L

Fruita

28

Amanida tricolor (pesols, pastan, patata)
amb oli d'oliva
Falafels de llegums al forn
amb salsa de tomàquet
iogurt la fageda

K H P L

29

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 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 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, conivir, 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?...)

SERHS FOOD



Informació nutricional del menú escolar diari

K Energia (kcal) **P** Proteïna
H Hidrats de carboni **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 LÉRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren.