

Menú Basal

ESCOLA TORRE D'EN REIG

FEBRER 2026

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
02	03	04	05	06
Crema de carbassa	Verdura tricolor al vapor (mongeta tendra, pastanaga i patata)	Macarrons integrals amb salsa de xampinyons	Cigrons estofats amb patates	Arròs amb salsa de tomàquet
Trita de patata i ceba	Llenties estofades amb arròs i verdures	Lluç al forn amb all i julivert	Contracuixa de pollastre al forn/planxa	Botifarra al forn/planxa
Rodes de tomàquet i olives negres	-	Enciam i pastanaga	Enciam i tomàquet	Enciam i blat de moro
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i iogurt sabor	Pa blanc/integral i fruita fresca
09	10	11	12	13
Crema de pastanaga	Arròs amb ceba, tomàquet, pastanaga i xampinyons	Bròquil al vapor amb patates		Mongetes seques saltades amb ceba i pastanaga
Espirals amb bolonyesa de soja texturitzada	Pernilets de pollastre al forn amb fines herbes	Truita francesa		Lluç al forn amb all i julivert
-	 Cigrons crunchy 	Enciam i pastanaga		Tomàquet amanit amb orenga
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca eco	Pa blanc/integral i fruita fresca		Pa blanc/integral i fruita fresca
16	17	18	19	20
DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	FESTIU	Coliflor al vapor amb patates	Macarrons amb salsa de tomàquet	Verdura tricolor al vapor (mongeta tendra, pastanaga i patata)
		Contracuixa de pollastre al forn/planxa	Lluç al forn/planxa	Mandonguilles mixtes amb xampinyons
		Enciam i pastanaga	Enciam i olives	-
		Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i iogurt natural	Pa blanc/integral i fruita fresca
23	24	25	26	27
Crema de carbassó	Sopa casolana de verdures amb cigrons	Mongetes tendres eco amb patates al vapor	Arròs tres delícies	Pèsols amb patates saltats
Llaços bolonyesa	Carn magra al forn/planxa	Pernilets de pollastre al forn	Lluç al forn amb ceba, tomàquet i llit de patates	Truita de carbassó
-	Enciam i tomàquet	Amanida mesclum amb blat de moro i olives verdes	-	Enciam i pastanaga
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i flam de vainilla	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca
02	03	04	05	06
				

La ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida més saludable, inclusiva i sostenible

01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprenem hàbits saludables per a tota la vida.

02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprenem a conviure, respectar i celebrar la diversitat.

04 Joc

Aprendre jugant és més divertit! El migdia és el nostre moment per riure i descobrir junts.

03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir cura del planeta amb cada mos.

RECOMANADOR DE SOPARS

PRIMERS PLATS

 Si a l'escola el primer plat era...

 Verdura

 Pasta/Arròs

 Llegums

 Per sopar pot ser...

 Pasta/Arròs

 Verdura

 Verdura  Pasta/Arròs

SEGONS PLATS

 Si a l'escola el segon plat era...

 Ou

 Peix

 Llegums

 Carn

 Per sopar pot ser...

 Carn  Peix

 Ou  Carn

 Peix  Ou

 Ou  Peix

 Fruita

 Lacti

Pots consultar la declaració d'al·lèrgens per plats en el llistat adjunt a aquest menú.