

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1



la mona



2

Cal. 768 / H.C. 119 / Lip. 29 / P. 14
Arròs amb verdures
Croquetes de pernil amb patates xips
Fruita fresca de temporada
Amanida / Au i patata / Lacti

3

Cal. 750 / H.C. 88 / Lip. 30 / P. 37
Fideuà de verdures
Salmó al forn amb salsa de taronja
Fruita fresca de temporada
Patata / Llegum i amanida / Lacti

4

Cal. 588 / H.C. 56 / Lip. 27 / P. 32
Bleda i patata
Pollastre al forn a les fines herbes amb enciam i pastanaga
Iogurt natural
Amanida / Prot. veg. i cereal / Fruita

5

Cal. 646 / H.C. 78 / Lip. 26 / P. 28
Purè de seques i verdures
Trita de patata i ceba amb enciam i brots de soja
Fruita fresca de temporada
Verdura / Peix i cereal / Lacti

8

Cal. 597 / H.C. 63 / Lip. 28 / P. 28
Mongeta verda amb patata
Llom adobat casolà amb enciam i pastanaga
Fruita fresca de temporada
Cereal / Peix i verdura / Lacti

9

Cal. 675 / H.C. 111 / Lip. 17 / P. 25
Purè de carbassó
Espaguetis a la bolonyesa vegetal
Fruita fresca de temporada
Verdura / Prot.veg. i cereal / Lacti



10

Cal. 667 / H.C. 84 / Lip. 25 / P. 32
Cigrons estofats amb hortalisses
Trita de carbassó amb enciam i tomàquet
Iogurt natural
Amanida / Au i patata / Fruita

11

Cal. 668 / H.C. 98 / Lip. 22 / P. 25
Arròs amb tomàquet
Peix fresc de mercat amb patates al forn
Fruita fresca de temporada
Verdura / Ou i cereal / Lacti

12

Descoberta del ravenet
Sopa de brou amb pasta integral
Pollastre al forn amb enciam i ravenets
Iogurt natural
Amanida / Peix i patata / Fruita



15

Cal. 774 / H.C. 100 / Lip. 33 / P. 25
Amanida de tomàquet, formatge fresc, olives negres i alfàbrega
Llenties amb arròs
Fruita fresca de temporada
Verdura / Ou i cereal / Lacti

16

Cal. 573 / H.C. 71 / Lip. 22 / P. 26
Purè de carbassó
Pollastre rostit amb patata i ceba
Fruita fresca de temporada
Patata / Prot. veg. i verdura / Lacti

17

Cal. 740 / H.C. 91 / Lip. 31 / P. 30
Macarrons gratinats
Lluç al forn amb picada d'all i julivert amb enciam i olives
Fruita fresca de temporada
Cereal / Porc i amanida / Lacti

18

Cal. 587 / H.C. 75 / Lip. 19 / P. 32
Sopa de galets i cigrons
Mandonguilles de vedella amb hortalisses
Fruita fresca de temporada
Amanida / Peix i cereal / Lacti

19

Cal. 750 / H.C. 87 / Lip. 34 / P. 29
Arròs amb verdures
Trita de formatge amb enciam i brots de soja
Iogurt natural
Verdura / Au i patata / Fruita

22

Cal. 749 / H.C. 111 / Lip. 28 / P. 19
Crema de porros
Espirals a la bolonyesa
Fruita fresca de temporada
Amanida / Llegum i cereal / Lacti

23

Sant Jordi
Sopa de brou amb lletres
Pernilets de pollastre medieval amb patates fregides
Natilles
Patata / Formatge fresc i amanida / Fruita



24

Cal. 598 / H.C. 75 / Lip. 21 / P. 31
Mongetes seques guisades
Trita de francesa amb enciam i tomàquet
Fruita fresca de temporada
Verdura / Vedella i patata / Lacti

25

Cal. 713 / H.C. 85 / Lip. 30 / P. 30
Arròs amb tomàquet
Peix fresc de mercat amb enciam i trossets de poma
Iogurt natural
Amanida / Llegum i cereal / Fruita

26

Cal. 593 / H.C. 80 / Lip. 19 / P. 28
Bròquil amb patata
Estofat de gall dindi amb xampinyons i cuscús
Fruita fresca de temporada
Cereal / Peix i verdura / Lacti

29

Cal. 633 / H.C. 110 / Lip. 17 / P. 16
Purè de verdures
Paella de muntanya
Fruita fresca de temporada
Verdura / Au i patata / Lacti

30

Cal. 709 / H.C. 82 / Lip. 31 / P. 31
Cigrons amb carbassa
Trita de carbassó amb enciam i olives
Fruita fresca de temporada
Amanida / Llegum i cereal / Lacti



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



Menú elaborat per la dietista nutricionista Vanesa Rodríguez col. CAT002061



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



Menú elaborat per la dietista nutricionista Vanesa Rodríguez col. CAT002061

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



1

festiu



2

Cal. 613 / H.C. 63 / Lip. 27 / P. 32

Patates estofades

Pollastre al forn a la canyella amb enciam i pastanaga

logurt natural

Amanida / Prot.veg. i cereal / Fruita

3

Cal. 719 / H.C. 91 / Lip. 29 / P. 31

Espaguetis amb tomàquet

Lluç amb salsa verda

Fruita fresca de temporada

Amanida / Ou i patata / Lacti

6

Cal. 703 / H.C. 100 / Lip. 26 / P. 23

Paella de verdures

Trita de patata i ceba amb enciam i olives

Fruita fresca de temporada

Verdura / Formatge fresc i cereal / Lacti

7

Cal. 518 / H.C. 65 / Lip. 18 / P. 28

Bròquil amb patata

Daus de porc guisats a la jardinera

Fruita fresca de temporada

Patata / Au i amanida / Lacti

8

Cal. 444 / H.C. 59 / Lip. 14 / P. 23

Sopa de brou amb fideus

Peix fresc de mercat amb enciam i tomàquet

Fruita fresca de temporada

Amanida / Llegum i cereal / Lacti

9

Cal. 685 / H.C. 122 / Lip. 15 / P. 23

Puré de llegums i verdures

Espirals a la camperola

Fruita fresca de temporada

Amanida / Ou i cereal / Lacti

10

Cal. 622 / H.C. 63 / Lip. 29 / P. 30

Amanida de patata

Pollastre a la llimona amb enciam i blat de moro

logurt natural

Verdura / Peix i patata / Fruita



13

Cal. 613 / H.C. 89 / Lip. 19 / P. 27

Mongeta verda amb patata

Estofat d'au a la jardinera amb arròs pilaf

Fruita fresca de temporada

Pasta / Ou i verdura / Lacti

14

Cal. 634 / H.C. 92 / Lip. 17 / P. 35

Espirals a la norma

Maires enfarinades amb enciam i pastanaga

Fruita fresca de temporada

Verdura / Prot.veg. i amanida / Lacti

15

Cal. 632 / H.C. 81 / Lip. 22 / P. 32

Seques estofades

Trita de carbassó i ceba amb enciam i tomàquet

logurt natural

Cereal / Au i amanida / Fruita

16

Cal. 558 / H.C. 72 / Lip. 20 / P. 27

Sopa de pistons

Pollastre a la farigola amb patates fregides

Fruita fresca de temporada

Verdura / Prot.veg. i amanida / Lacti

17

Descoberta del plàtan

Arròs a la cubana amb ou i plàtan

Llom rostit amb llit de poma

logurt natural

Verdura / Ou i cereal / Fruita



20

Cal. 925 / H.C. 100 / Lip. 53 / P. 25

Macarrons gratinats

Hamburguesa de vedella amb enciam i cogombre

Fruita fresca de temporada

Cereal / Ou i amanida / Lacti

21

Cal. 530 / H.C. 58 / Lip. 21 / P. 31

Sopa de fideus

Pollastre al forn amb enciam i blat de moro

logurt natural

Verdura / Peix i patata / Fruita

22

Cal. 726 / H.C. 82 / Lip. 33 / P. 29

Amanida de tomàquet, formatge fresc, olives negres i alfàbrega

Cigrons amb verdures

Fruita fresca de temporada

Cereal / Vedella i amanida / Lacti

23

Cal. 547 / H.C. 78 / Lip. 17 / P. 24

Arròs amb edamame i panses

Peix fresc de mercat amb enciam i olives

Fruita fresca de temporada

Patata / Au i verdura / Lacti

24

Cal. 585 / H.C. 67 / Lip. 27 / P. 23

Amanida d'estiu

Trita de formatge amb enciam i pastanaga

Fruita fresca de temporada

Verdura / Llegum i cereal / Lacti

27

Cal. 584 / H.C. 66 / Lip. 24 / P. 30

Escudella de galets i cigrons

Llom adobat amb enciam i tomàquet

Fruita fresca de temporada

Verdura / Au i cereal / Lacti

28

Cal. 623 / H.C. 59 / Lip. 31 / P. 29

Bleda, pastanaga i patata

Trita de carbassó i ceba amb enciam i olives

logurt natural

Amanida / Peix i patata / Fruita

29

Cal. 676 / H.C. 91 / Lip. 27 / P. 22

Puré de carbassa

Llacets a la bolonyesa vegetal

Fruita fresca de temporada

Cereal / Ou i verdura / Lacti



30

Cal. 660 / H.C. 91 / Lip. 25 / P. 24

Arròs amb verdures

Lluç al forn amb enciam i trossets de poma

Fruita fresca de temporada

Amanida / Porc i patata / Lacti

31

Cal. 631 / H.C. 76 / Lip. 23 / P. 36

Llenties a la jardinera

Pollastre al forn amb enciam i brots de soja

Fruita fresca de temporada

Amanida / Formatge fresc i cereal / Lacti

Dilluns

3 Cal. 671 / H.C. 99 / Lip. 20 / P. 29

Espaguetis a la Norma

Ragout d'au
amb xampinyons

Fruita fresca de temporada

Amanida / Au i patata / Lacti

Dimarts

4 *Descoberta dels enciams*

Crema de verdures i patata

Hamburguesa de vedella
amb amanida d'enciams

logurt natural

Amanida / Llegum i cereal / Fruita



Dimecres

5 Cal. 632 / H.C. 81 / Lip. 22 / P. 32

Seques amb verdures

Trita de carbassó i ceba
amb enciam i tomàquet

Fruita fresca de temporada

Cereal / Peix i verdura / Lacti

Dijous

6 Cal. 698 / H.C. 85 / Lip. 29 / P. 30

Arròs amb tomàquet

Peix fresc de mercat
amb enciam i olives

logurt natural

Amanida / Prot. veg. i cereal / Fruita

Divendres

7 Cal. 538 / H.C. 62 / Lip. 22 / P. 26

Mongeta verda i patata

Pollastre rostit amb
enciam i pastanaga

Fruita fresca de temporada

Verdura / Ou i patata / Lacti

10 Cal. 750 / H.C. 123 / Lip. 23 / P. 20

Puré de llegums

Paella de verdures
amb enciam i brots de soja

Fruita fresca de temporada

Verdura / Ou i patata / Lacti



11 Cal. 536 / H.C. 64 / Lip. 22 / P. 24

Crema de carbassó

Pollastre a la llimona
amb patates al forn

Fruita fresca de temporada

Cereal / Formatge fresc i amanida / Lacti

12 Cal. 842 / H.C. 83 / Lip. 39 / P. 43

Macarrons amb
salsa de xampinyons

Cua de rap arrebossada casolana
amb enciam i trossets de maduixes

logurt natural

Patata / Au i verdura / Fruita

13 Cal. 634 / H.C. 86 / Lip. 20 / P. 33

Llenties a la jardinera

Trita de patata i ceba
amb tomàquet al forn

Fruita fresca de temporada

Verdura / Porc i patata / Lacti

14 Cal. 660 / H.C. 89 / Lip. 25 / P. 21

Amanida russa

Rodó de gall dindi
amb llit de poma

Fruita fresca de temporada

Verdura / Peix i cereal / Lacti

17 Cal. 660 / H.C. 53 / Lip. 36 / P. 33

Crema de porros

Llom arrebossat casolà
amb enciam i cogombre

logurt natural

Verdura / Peix i patata / Fruita

18 Cal. 697 / H.C. 98 / Lip. 26 / P. 23

Arròs amb sofregit de tomàquet

Trita carbassó i ceba
amb enciam i olives

Fruita fresca de temporada

Verdura / Prot. veg. i patata / Lacti

19 Cal. 672 / H.C. 80 / Lip. 25 / P. 37

Cigrons amb verdures

Pollastre a la farigola
amb enciam i pastanaga

Fruita fresca de temporada

Verdura / Vedella i cereal / Lacti

20 Cal. 705 / H.C. 91 / Lip. 27 / P. 30

Amanida de pasta

Peix fresc de mercat
amb enciam i tomàquet

Fruita fresca de temporada

Cereal / Formatge fresc i amanida / Lacti

21 *Final de curs*

Pica-pica

Pizza amb pernil cuit
i formatge

logurt natural

Amanida / Au i patata / Fruita

vacances



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

Menú elaborat per la dietista nutricionista Vanesa Rodríguez col. CAT002061