

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

Què és el malbaratament?

El **malbaratament alimentari** és quan llencem menjar que encara es podria consumir. A nivell mundial, gairebé **un terç dels aliments** que es produeixen acaben a les escombraries! Això no només és un problema per a la fam, sinó també per al medi ambient, perquè es malgasten recursos com l'aigua, la terra i l'energia.



Com podem evitar-lo en família:

- ✓ **Planifiqueu els àpats:** fer una llista de la compra ajustada ajuda a comprar només el que necessiteu.
- ✓ **Emmagatzemeu bé els aliments:** guardeu-los correctament per allargar-ne la frescor.
- ✓ **Aproveu les sobres:** feu menjars nous amb les restes del dia anterior (una truita amb verdures, una crema,...).
- ✓ **Cuinar quantitats adequades:** eviteu preparar més menjar del que es pot menjar.

10 mesos causes

Dia Mundial del Medi Ambient

Cada any, el **Dia Mundial del Medi Ambient** se centra en un tema concret. I cada any, un país diferent n'és l'amfitrió, liderant les activitats globals.

Cuidar el planeta també és una responsabilitat dels més petits.

Aquest mes, podeu fer un **repte ecològic en família:**

- Portar **cantimplora** en lloc d'ampolles de plàstic
- Separar bé les **deixalles**
- Fer una sortida per recollir **brossa** la platja



Sabies que cada any es generen **més de 400 milions de tones de plàstic al món?** Una gran part acaba als oceans, afectant greument la fauna marina.

Segell dietista

SERHS FOOD

JUL 2025
Dietista y Nutricionista
Gemma Puig Nuñez
Col. Núm. CAT001322



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·LÈRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren.

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Seitons arrebossat
Amanida variada

Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

Fruita del temps

4

Espirals amb
salsa pesto
Mandonguilles mixtes
a la jardineria (pèsols i pastanaga)

Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada



logurt natural

8

Crema de verdures amb crostons
(carbassó, pèsols, patata, pastanaga)
Fideuà de peix
amb calamar

Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes
Salmó al forn
Amanida variada

Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties

Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet i formatge
Truita eco de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de llegums eco
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn amb poma
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Pizza de pernil cuit
Gelats



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Seitons arrebossat
Amanida variada

Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

Fruita del temps

4

Espirals amb
salsa pesto
**Mandonguilles de lluç
a la jardineria (pèsols i pastanaga)**

Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada



logurt natural

8

Crema de verdures amb crostons
(carbassó, pèsols, patata, pastanaga)
Fideuà de peix
amb calamar

Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Gall dindi adobat a la planxa
Amanida variada

Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes
Salmó al forn
Amanida variada

Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties

Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet i formatge
Truita eco de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de llegums eco
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn amb poma
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Pizza de margarita
Gelats



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Seitons arrebossat
Amanida variada

Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita de patates
Amanida variada

Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

Fruita del temps

4

Espirals amb
salsa pesto
Mandonguilles de lluç
a la jardineria (pèsols i pastanaga)

Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada



logurt natural

8

Crema de verdures amb crostons
(carbassó, pèsols, patata, pastanaga)
Fideuà de peix
amb calamar

Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes
Salmó al forn
Amanida variada

Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties

Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet i formatge
Truita eco de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de llegums eco
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Truita de carbassó amb poma
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Pizza de margarita
Gelat



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Seitons arrebossat
Amanida variada

Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre halal al forn
Amanida variada

Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

Fruita del temps

4

Espirals amb
salsa pesto
Mandonguilles de lluç
a la jardineria (pèsols i pastanaga)

Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada



logurt natural

8

Crema de verdures amb crostons
(carbassó, pèsols, patata, pastanaga)
Fideuà de peix
amb calamar

Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Pollastre halal al forn
Amanida variada

Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes
Salmó al forn
Amanida variada

Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties

Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet i formatge
Truita eco de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de llegums eco
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre halal al forn amb poma
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Pizza de margarita
Gelats



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta(s/gluten)
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Lluç arrebossat (s/gluten)
Amanida variada

Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

Fruita del temps

4

Espirals (s/gluten) amb
salsa pesto
Mandonguilles mixtes (s/gluten)
a la jardineria (pèsols i pastanaga)

Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada



logurt natural

8

Fideuà (s/gluten) de peix
amb calamar
Truita a la francesa
Amanida variada

Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb bastonets de pastanaga
Salmó al forn
Amanida variada

Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Gall dindi al forn
Amanida variada

Fruita del temps

15

Espaguetis (s/gluten)
amb salsa de tomàquet i formatge
Truita eco de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Gall dindi al forn
Amanida variada

Fruita del temps

17

Patates estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de llegums eco
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn amb poma
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Pizza margarita sense gluten
Gelat (s/gluten)



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Lluç arrebossat (s/llet)
Amanida variada

Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

Fruita del temps

4

Espirals
amb salsa de tomàquet
Mandonguilles mixtes
a la jardineria (pèsols i pastanaga)

Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT 5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada

 **logurt natural sense lactosa**

8

Crema de verdures (s/llet)
(carbassó, pèsols, patata, pastanaga)
Fideuà de peix
amb calamar

Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes (s/llet)
Salmó al forn
Amanida variada

Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt natural sense lactosa

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties

Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet
Truita eco de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de llegums eco (s/llet)
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn amb poma
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS 19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Pizza margarita sense lactosa

Gelat de gel





JUNY 2026

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

DIETA:

PLV SI VEDELLA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Lluç arrebossat (s/llet)
Amanida variada

Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

Fruita del temps

4

Espirals
amb salsa de tomàquet
Mandonguilles mixtes
a la jardinera (pèsols i pastanaga)

Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada



logurt de soja

8

Crema de verdures (s/llet)
(carbassó, pèsols, patata, pastanaga)
Fideuà de peix
amb calamar

Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes (s/llet)
Salmó al forn
Amanida variada

Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt de soja

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties

Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet
Truita eco de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardinera
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de llegums eco (s/llet)
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn amb poma
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Falafel al forn
Gelat de gel



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Lluç arrebossat (s/llet)
Amanida variada

Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

Fruita del temps

4

Espirals
amb salsa de tomàquet
Gall dindi
a la jardinera (pèsols i pastanaga)

Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada



logurt de soja

8

Crema de verdures (s/llet)
(carbassó, pèsols, patata, pastanaga)
Fideuà de peix
amb calamar

Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes (s/llet)
Salmó al forn
Amanida variada

Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt de soja

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties

Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet
Truita eco de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardinera
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de llegums eco (s/llet)
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn amb poma
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Falafel al forn
Gelat de gel



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta(s/gluten)
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Lluç arrebossat (s/gluten i llet)
Amanida variada

Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

Fruita del temps

4

Espirals (s/gluten) amb
amb salsa de tomàquet
Gall dindi
a la jardineria (pèsols i pastanaga)

Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Trita francesa eco
Amanida variada



logurt de soja

8

Fideuà (s/gluten) de peix
amb calamars
Trita a la francesa
Amanida variada

Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb bastonets de pastanaga
Salmó al forn
Amanida variada

Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Trita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt de soja

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Gall dindi al forn
Amanida variada

Fruita del temps

15

Espaguetis (s/gluten)
amb salsa de tomàquet
Trita eco de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Gall dindi al forn
Amanida variada

Fruita del temps

17

Patates estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de llegums eco (s/llet)
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn amb poma
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Falafel al forn
Gelats de gel



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Truita de carbassó
Amanida variada

Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Gall dindi al forn
Amanida variada

Fruita del temps

4

Espirals amb
salsa pesto
Mandonguilles mixtes
a la jardineria (pèsols i pastanaga)

Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT 5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada

logurt natural



8

Fideuà de verdures
Truita a la francesa
Amanida variada
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes
Pollastre al forn
Amanida variada

Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties

Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet i formatge
Truita eco de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Truita a la francesa
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de llegums eco
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn amb poma
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS 19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Pizza de pernil cuit

Gelats



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Lluç arrebossat (s/traces de marisc)
Amanida variada

Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn (s/traces de marisc)
Amanida variada

Fruita del temps

4

Espirals amb
salsa pesto
Mandonguilles mixtes
a la jardineria (pèsols i pastanaga)

Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT 5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada

 logurt natural

8

Fideuà de verdures
Truita a la francesa
Amanida variada
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes
Salmó al forn (s/traces de marisc)
Amanida variada

Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties

Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet i formatge
Truita eco de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn (s/traces de marisc)
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de llegums eco
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn amb poma
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS 19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Pizza de pernil cuit

Gelats



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Lluç arrebossat (s/traces de crustacis)
Amanida variada
Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada
Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn (s/traces de crustacis)
Amanida variada
Fruita del temps

4

Espirals amb
salsa pesto
Mandonguilles mixtes
a la jardineria (pèsols i pastanaga)
Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT 5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada
 logurt natural

8

Fideuà de verdures
Truita a la francesa
Amanida variada
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes
Salmó al forn (s/traces de crustacis)
Amanida variada
Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada
logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties
Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet i formatge
Truita eco de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada
Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn (s/traces de crustacis)
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de llegums eco
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn amb poma
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS 19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Pizza de pernil cuït
Gelats



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Lluç arrebossat (s/traces de marisc)
Amanida variada
Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada
Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn (s/traces de marisc)
Amanida variada
Fruita del temps

4

Espirals
amb salsa de tomàquet
Gall dindi
a la jardinera (pèsols i pastanaga)
Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT 5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada
 logurt de soja

8

Fideuà de verdures
Truita a la francesa
Amanida variada
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes (s/llet)
Salmó al forn (s/traces de marisc)
Amanida variada
Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada
logurt de soja

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties
Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet
Truita eco de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada
Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardinera
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn (s/traces de marisc)
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de llegums eco (s/llet)
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn amb poma
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS 19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Falafel al forn
Gelat de gel



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Lluç arrebossat (s/traces de marisc)
Amanida variada
Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada
Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn (s/traces de marisc)
Amanida variada
Fruita del temps

4

Espirals
amb salsa de tomàquet
Mandonguilles mixtes
a la jardineria (pèsols i pastanaga)
Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT 5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada
 logurt sense lactosa

8

Fideuà de verdures
Truita a la francesa
Amanida variada
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes (s/llet)
Salmó al forn (s/traces de marisc)
Amanida variada
Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada
logurt sense lactosa

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de lleties
Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet
Truita eco de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada
Fruita del temps

17

Lleties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn (s/traces de marisc)
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de llegums eco (s/llet)
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn amb poma
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS 19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Falafel al forn
Gelat de gel



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta (s/FS)
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Seitons arrebossat
Amanida variada

Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

Fruita del temps

4

Espirals amb
salsa de tomàquet
Mandonguilles mixtes
a la jardineria (pèsols i pastanaga)

Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada



logurt natural

8

Crema de verdures
(carbassó, pèsols, patata, pastanaga)
Fideuà (s/FS) de peix
amb calamar

Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes(s/FS)
Salmó al forn
Amanida variada

Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties

Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet i formatge
Truita eco de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de llegums eco
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn amb poma
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Pizza de pernil cuit
Gelats (s/FS)



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta (s/soja,FS)
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Truita de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada
Fruita del temps

3

Empedrat de patates (patates, tomàquet, pebrot i olives)
Gall dindi al forn
Amanida variada
Fruita del temps

4

Espirals (s/soja) amb salsa de tomàquet
Pollastre al forn
Amanida variada
Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT 5



Ensaladilla russa (s/pèsols i maionesa)
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada
logurt natural

8

Fideuà (s/soja,FS) de verdures (s/pèsols)
Truita a la francesa
Amanida variada
Fruita del temps

9

Patata bullida amb oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps

10

Verdures al forn (s/pèsols) amb torradetes (s/soja,FS)
Pollastre al forn
Amanida variada
Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada
logurt natural

12

Verdura tricolor (mongeta verda, patata i pastanaga)
Gall dindi al forn
Amanida variada
Fruita del temps

15

Espaguetis integrals (s/soja) amb salsa de tomàquet i formatge
Truita eco de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata (Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Gall dindi al forn
Amanida variada
Fruita del temps

17

Patates estofades a la jardineria (pebrot, pastanaga)
Truita a la francesa
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de patates
Pollastre al forn amb poma
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS 19

Amanida variada amb poma i ou dur
Truita de patates
Gelats (s/FS,soja)



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta (s/ou)
(blat de moro, pinya, pebrot, olives)
lluç arrebossat (s/ou)
Amanida variada

Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

Fruita del temps

4

Espirals (s/ou) amb
salsa de tomàquet
Mandonguilles mixtes
a la jardineria (pèsols i pastanaga)

Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa (s/maionesa)
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Gall dindi al forn
Amanida variada



logurt natural

8

Crema de verdures amb crostons
(carbassó, pèsols, patata, pastanaga)
Fideuà (s/ou) de peix
amb calamar

Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes (s/ou)
Salmó al forn
Amanida variada

Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals (s/ou) amb
bolognesa de llenties

Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco (s/ou)
amb salsa de tomàquet i formatge
Gall dindi al forn
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de llegums eco
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn amb poma
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma (s/ou dur)
Pizza de pernil cuit

Gelat



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta (s/ou,fs)
(blat de moro, pinya, pebrot, olives)
Lluç arrebossat (s/ou,fs)
Amanida variada

Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

Fruita del temps

4

Espirals (s/ou) amb
salsa de tomàquet
Mandonguilles mixtes
a la jardineria (pèsols i pastanaga)

Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa (s/maionesa)
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Gall dindi al forn
Amanida variada



logurt natural

8

Crema de verdures
(carbassó, pèsols, patata, pastanaga)
Fideuà (s/ou,FS) de peix
amb calamar

Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes (s/ou)
Salmó al forn
Amanida variada

Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals (s/ou) amb
bolognesa de llenties

Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco (s/ou)
amb salsa de tomàquet i formatge
Gall dindi al forn
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de llegums eco
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn amb poma
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma (s/ou dur)
Pizza de pernil cuit
Gelats (s/FS)



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Seitons arrebossat
Amanida variada

Fruita del temps (s/pell)

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

Fruita del temps (s/pell)

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

Fruita del temps (s/pell)

4

Espirals amb
salsa pesto
Mandonguilles mixtes
a la jardineria (pèsols i pastanaga)

Fruita del temps (s/pell)

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada



logurt natural

8

Crema de verdures amb crostons
(carbassó, pèsols, patata, pastanaga)
Fideuà de peix
amb calamar

Fruita del temps (s/pell)

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

Fruita del temps (s/pell)

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes
Salmó al forn
Amanida variada

Fruita del temps (s/pell)

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties

Fruita del temps (s/pell)

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet i formatge
Truita eco de carbassó
Amanida variada

Fruita del temps (s/pell)

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

Fruita del temps (s/pell)

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

Fruita del temps (s/pell)

18

Crema de llegums eco
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn
Amanida variada

Fruita del temps (s/pell)

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Pizza de pernil cuit

Gelat



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pebrot, ou dur, olives)
Seitons arrebossat
Amanida variada

*Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

4

Espirals amb
salsa pesto
Mandonguilles mixtes
a la jardineria (pèsols i pastanaga)

*Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada



logurt natural

8

Crema de verdures amb crostons
(carbassó, pèsols, patata, pastanaga)
Fideuà de peix
amb calamar

*Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

*Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes
Salmó al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties

*Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet i formatge
Truita eco de carbassó
Amanida variada

*Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

18

Crema de llegums eco
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Pizza de pernil cuit

*Gelats



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Seitons arrebossat
Amanida variada

*Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

4

Espirals amb
salsa pesto
Mandonguilles mixtes
a la jardineria (pèsols i pastanaga)

*Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada



logurt natural

8

Crema de verdures amb crostons
(carbassó, pèsols, patata, pastanaga)
Fideuà de peix
amb calamar

*Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

*Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes
Salmó al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties

*Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet i formatge
Truita eco de carbassó
Amanida variada

*Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

18

Crema de llegums eco
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Pizza de pernil cuit

*Gelats



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Seitons arrebossat
Amanida variada

*Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

4

Espirals amb
salsa pesto
Mandonguilles mixtes
a la jardineria (pèsols i pastanaga)

*Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada



logurt natural

8

Crema de verdures amb crostons
(carbassó, pèsols, patata, pastanaga)
Fideuà de peix
amb calamar

*Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

*Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes
Salmó al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties

*Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet i formatge
Truita eco de carbassó
Amanida variada

*Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

18

Crema de llegums eco
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Pizza de pernil cuit

*Gelats



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Seitons arrebossat
Amanida variada

*Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

4

Espirals amb
salsa pesto
Mandonguilles mixtes
a la jardineria (pèsols i pastanaga)

*Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada



logurt natural

8

Crema de verdures amb crostons
(carbassó, pèsols, patata, pastanaga)
Fideuà de peix
amb calamar

*Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

*Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes
Salmó al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties

*Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet i formatge
Truita eco de carbassó
Amanida variada

*Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

18

Crema de llegums eco
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Pizza de pernil cuit

*Gelats



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pinya, pebrot, olives)
Llenties saltejades amb tomàquet
Amanida variada
Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Fesols saltejats a l'allet
Amanida variada
Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Verdures al forn
Amanida variada
Fruita del temps

4

Espirals amb
salsa de tomàquet
Falafel al forn
Amanida variada
Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa (s/maionesa)
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Mongetes blanques saltejades amb tomàquet
Amanida variada
logurt de soja

8

Fideuà de verdures
Llenties saltejades amb pebrot
Amanida variada
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Varetes de verdures
Amanida variada
Fruita del temps

10

Verdures al forn
Hummus de cigrons eco
amb torradetes
Amanida variada
Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Fesols saltejats a l'allet
Amanida variada
logurt de soja

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties
Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet
Llenties saltejades amb pastanaga
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Cigrons saltejats amb tomàquet
Amanida variada
Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Verdures al forn
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de llegums eco (s/llet)
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Fesols saltejats a l'allet
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma (s/ou dur)
Falafel al forn
Gelats de gel



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pinya, pebrot, olives)
Llenties saltejades amb tomàquet
Amanida variada
Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Fesols saltejats a l'allet
Amanida variada
Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Verdures al forn
Amanida variada
Fruita del temps

4

Espirals amb
salsa de tomàquet
Falafel al forn
Amanida variada
Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa (s/maionesa)
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Mongetes blanques saltejades amb tomàquet
Amanida variada
logurt de soja

8

Fideuà de verdures
Llenties saltejades amb pebrot
Amanida variada
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Varetes de verdures
Amanida variada
Fruita del temps

10

Verdures al forn
Hummus de cigrons eco
amb torradetes (s/llet)
Amanida variada
Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Fesols saltejats a l'allet
Amanida variada
logurt de soja

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties
Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet
Llenties saltejades amb pastanaga
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Cigrons saltejats amb tomàquet
Amanida variada
Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Verdures al forn
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de llegums eco (s/llet)
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Fesols saltejats a l'allet
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma (s/ou dur)
Falafel al forn
Gelats de gel



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta (s/soja)
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Lluç arrebossat (s/soja)
Amanida variada

Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

Fruita del temps

3

Empedrat de patates
(patates, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

Fruita del temps

4

Espirals (s/soja) amb
salsa pesto
Gall dindi al forn
Amanida variada

Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5



Ensaladilla russa (s/pèsols)
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada

logurt natural

8

Crema de verdures (s/pèsols)
(carbassó, patata, pastanaga)
Fideuà (s/soja) de peix
amb calamars (s/pèsols)

Fruita del temps

9

Patata bullida
amb oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

Fruita del temps

10

Verdures al forn (s/pèsols)
amb torradetes (s/soja)
Salmó al forn
Amanida variada

Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Gall dindi al forn
Amanida variada

Fruita del temps

15

Espaguetis integrals (s/soja)
amb salsa de tomàquet i formatge
Truita eco de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Gall dindi al forn
Amanida variada

Fruita del temps

17

Patates estofades a la jardineria
(pebrot, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de patates
Pollastre al forn amb poma
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Truita de patates
Gelats (s/soja)



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta (s/FS,soja)
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Lluç arrebossat (s/soja)
Amanida variada

Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

Fruita del temps

4

Espirals (s/soja) amb
salsa de tomàquet
Gall dindi al forn
Amanida variada

Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada



logurt natural

8

Crema de verdures
(carbassó, pèsols, patata, pastanaga)
Fideuà (s/FS,soja) de peix
amb calamar

Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes(s/FS,soja)
Salmó al forn
Amanida variada

Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals (s/soja) amb
bolognesa de llenties

Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco (s/soja)
amb salsa de tomàquet i formatge
Truita eco de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Gall dindi al forn
Amanida variada

Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de llegums eco
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn amb poma
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Falafel al forn
Amanida variada
Gelats (s/FS)



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta (s/FS)
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Lluç arrebossat (s/fs, traces de marisc)
Amanida variada

Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn (s/traces de marisc)
Amanida variada

Fruita del temps

4

Espirals amb
salsa de tomàquet
Mandonguilles mixtes
a la jardineria (pèsols i pastanaga)

Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada



logurt natural

8

Fideuà (s/FS) de verdures
Truita a la francesa
Amanida variada
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes(s/FS)
Salmó al forn (s/traces de marisc)
Amanida variada

Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties

Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet i formatge
Truita eco de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn (s/traces de marisc)
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de llegums eco
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn amb poma
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Pizza de pernil cuit
Gelats (s/FS)



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Seitons arrebossat
Amanida variada

*Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

4

Espirals amb
salsa pesto
Mandonguilles mixtes
a la jardineria (pèsols i pastanaga)

*Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada



logurt natural

8

Crema de verdures amb crostons
(carbassó, pèsols, patata, pastanaga)
Fideuà de peix
amb calamar

*Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

*Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes
Salmó al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties

*Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet i formatge
Truita eco de carbassó
Amanida variada

*Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

18

Crema de llegums eco
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Pizza de pernil cuit

*Gelats



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Seitons arrebossat
Amanida variada

*Fruita del temps (s/pell)

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

*Fruita del temps (s/pell)

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

*Fruita del temps (s/pell)

4

Espirals amb
salsa pesto
Mandonguilles mixtes
a la jardineria (pèsols i pastanaga)

*Fruita del temps (s/pell)

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada



logurt natural

8

Crema de verdures amb crostons
(carbassó, pèsols, patata, pastanaga)
Fideuà de peix
amb calamar

*Fruita del temps (s/pell)

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

*Fruita del temps (s/pell)

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes
Salmó al forn
Amanida variada

*Fruita del temps (s/pell)

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties

*Fruita del temps (s/pell)

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet i formatge
Truita eco de carbassó
Amanida variada

*Fruita del temps (s/pell)

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

*Fruita del temps (s/pell)

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

*Fruita del temps (s/pell)

18

Crema de llegums eco
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn
Amanida variada

*Fruita del temps (s/pell)

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Pizza de pernil cuit

*Gelats



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Seitons arrebossat
Amanida variada

*Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

4

Espirals amb
salsa pesto
Mandonguilles mixtes
a la jardineria (pèsols i pastanaga)

*Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT 5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada



logurt natural

8

Crema de verdures amb crostons
(carbassó, pèsols, patata, pastanaga)
Fideuà de peix
amb calamar

*Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

*Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes
Salmó al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties

*Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet i formatge
Truita eco de carbassó
Amanida variada

*Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

18

Crema de llegums eco
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS 19

Amanida variada amb
ou dur (s/poma)
Pizza de pernil cuit

*Gelats



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Seitons arrebossat
Amanida variada

*Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

4

Espirals amb
salsa pesto
Mandonguilles mixtes
a la jardineria (pèsols i pastanaga)

*Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada



logurt natural

8

Crema de verdures amb crostons
(carbassó, pèsols, patata, pastanaga)
Fideuà de peix
amb calamar

*Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

*Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes
Salmó al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties

*Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet i formatge
Truita eco de carbassó
Amanida variada

*Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

18

Crema de llegums eco
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn
Amanida variada

*Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
ou dur (s/poma)
Pizza de pernil cuit

*Gelats



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pinya, ou dur, olives)
Seitons arrebossat
Amanida variada

Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

Fruita del temps

4

**Espirals amb
salsa de tomàquet**
Mandonguilles mixtes
a la jardineria (pèsols i pastanaga)

Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Truita francesa eco
Amanida variada



logurt natural

8

Crema de verdures amb crostons
(carbassó, pèsols, patata, pastanaga)
**Fideuà (s/cacauet) de peix
amb calamar**

Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

Fruita del temps

10

**Hummus de cigrons eco
amb torradetes (s/cacauet)**
Salmó al forn
Amanida variada

Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Truita eco de carbassó i patata
Amanida variada

logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties

Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet i formatge
Truita eco de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardineria
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de llegums eco
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn amb poma
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma i ou dur
Pizza de pernil cuit
Gelat (s/cacauet)



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Amanida de pasta
(blat de moro, pinya, pebrot, olives)
Seitons arrebossat
Amanida variada

Fruita del temps

2

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

Fruita del temps

3

Empedrat de cigrons eco
(cigrons, tomàquet, pebrot i olives)
Filet de lluç al forn
Amanida variada

Fruita del temps

4

Espirals amb
salsa pesto
Mandonguilles mixtes
a la jardinera (pèsols i pastanaga)

Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Ensaladilla russa
(mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)
Gall dindi al forn
Amanida variada



logurt natural

8

Crema de verdures amb crostons
(carbassó, pèsols, patata, pastanaga)
Fideuà de peix
amb calamar

Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida
amb patates i oli d'oliva
Carn de pinxo adobat a la planxa
Amanida variada

Fruita del temps

10

Hummus de cigrons eco
amb torradetes
Salmó al forn
Amanida variada

Fruita del temps

11

Arròs integral amb sofregit
de tomàquet, ceba i pastanaga
Pollastre al forn
Amanida variada

logurt natural

12

Verdura tricolor
(mongeta verda, patata i pastanaga)
Macarrons integrals amb
bolognesa de llenties

Fruita del temps

15

Espaguetis integrals eco
amb salsa de tomàquet i formatge
Gall dindi al forn
Amanida variada
Fruita del temps

16

Amanida de patata
(Patata, blat de moro, olives pastanaga ratllada)
Varetes de verdures al forn
Amanida variada

Fruita del temps

17

Llenties eco estofades a la jardinera
(pebrot, pèsols, pastanaga)
Filet de lluç al forn
Amanida variada
Fruita del temps

18

Crema de llegums eco
(mongeta blanca, patata , ceba i pastanaga)
Pollastre al forn amb poma
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

Amanida variada amb
poma (s/ou dur)
Pizza de pernil cuit

Gelat



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

Espirals blancs amb daus de pebrot
Lluç al forn
*Amanida variada (s/olives)

*Fruita del temps

2

Arròs blanc amb daus de pastanaga
Pollastre al forn
*Amanida variada (s/olives)

*Fruita del temps

3

Arròs blanc amb daus de pebrot
Filet de lluç al forn
*Amanida variada (s/olives)

*Fruita del temps

4

Espirals blancs amb daus de carbassó
Gall dindi al forn
*Amanida variada (s/olives)

*Fruita del temps

DIA DEL MEDI AMBIENT

5

Mongeta verda amb pastanaga bullida
Truita francesa eco
*Amanida variada (s/olives)



logurt natural

8

Espirals blancs amb daus de carbassó
Truita a la francesa
*Amanida variada (s/olives)

*Fruita del temps

9

Arròs blanc amb daus de pebrot
Gall dindi al forn
*Amanida variada (s/olives)

*Fruita del temps

10

Espirals blancs amb daus de carbassó
Salmó al forn
*Amanida variada (s/olives)

*Fruita del temps

11

Arròs blanc amb daus de pastanaga
Truita a la francesa
*Amanida variada (s/olives)

logurt natural

12

Mongeta verda amb pastanaga bullida
Gall dindi al forn
*Amanida variada (s/olives)

*Fruita del temps

15

Espaguetis blancs amb daus de carbassó
Truita a la francesa
*Amanida variada (s/olives)
*Fruita del temps

16

Arròs blanc amb daus de pastanaga
Gall dindi al forn
*Amanida variada (s/olives)

*Fruita del temps

17

Espaguetis blancs amb daus de pebrot
Filet de lluç al forn
*Amanida variada (s/olives)
*Fruita del temps

18

Arròs blanc amb daus de carbassó
Pollastre al forn
*Amanida variada (s/olives)
*Fruita del temps

MENÚ DE FINAL DE CURS

19

*Amanida variada (s/olives) amb
ou dur
Gall dindi al forn
*Amanida variada (s/olives)
Gelats de gel

