

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Arròs amb salsa de tomàquet Daus de gall dindi amb daus de poma i patata Fruita del temps 619,25Kcal - Prot:22,37g - Lip:10,51g - HC:60,75g	3 Cigrons guisats Truita d'espínacs amb amanida d'enciam i pastanaga ratllada Fruita del temps 600Kcal - Prot:20,37g - Lip:17,51g - HC:55,75g	4 Mongeta verda amb patata Cinta de llong de PROXIMITAT amb xampinyons saltats Fruita del temps 600Kcal - Prot:20,37g - Lip:17,51g - HC:55,75g	5 Crema de carbassó amb crostonets de pa Pollastre rostit al forn amb amanida d'enciam i olives logurt natural 608Kcal - Prot:20,37g - Lip:17,51g - HC:55,75g	6 Fideuà ECO de verdures Filet de lluç al forn amb picada d'all i julivert i amanida de tomàquet i olives Fruita del temps  608Kcal - Prot:20,37g - Lip:20,51g - HC:60,75g
9 Arròs saltat amb xampinyons Mandonguilles de vedella de PROXIMITAT amb salsa de tomàquet Fruita del temps 610Kcal - Prot:23g - Lip:19,51g - HC:60,75g	10 Bròquil amb patata Pit de pollastre a la planxa amb pisto de verdures Fruita del temps 625Kcal - Prot:22,37g - Lip:20,51g - HC:58,75g	11 Cigrons saltats amb all i julivert Truita de patata amb amanida de daus de tomàquet i olives Fruita del temps 614,2Kcal - Prot:20,6g - Lip:18,5g - HC:59,8g	12 Espirals integrals amb salsa de tomàquet i orenga Abadejo al forn amb fines herbes i amanida d'enciams variats logurt natural  624Kcal - Prot:25,6g - Lip:26,5g - HC:59,1g	13 Crema de carbassa amb formatget Llenties ECO estofades amb verdures Fruita del temps  614Kcal - Prot:32,6g - Lip:20,5g - HC:60,1g
16 Verdura tricolor a l'allet Pernilets de pollastre al forn amb tomàquet al forn amb herbes provençals Fruita del temps 619,25Kcal - Prot:22,37g - Lip:10,51g - HC:60,75g	17 Sopa de brou amb pasta de ECO Coca de soja texturitzada amb amanida d'enciams variats  logurt natural 610,25Kcal - Prot:29,37g - Lip:20,51g - HC:66,75g	18 Crema de verdures amb crostonets de pa Hamburguesa de PROXIMITAT amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps 600,51Kcal - Prot:25,91g - Lip:16,63g - HC:57,96g	19 Arròs amb salsa de tomàquet Filet de lluç al forn amb salsa marinera Fruita del temps 600,51Kcal - Prot:25,91g - Lip:16,63g - HC:57,96g	20 Cigrons saltats amb all i julivert Truita a la francesa amb pa amb tomàquet i amanida d'enciams i pastanaga ratllada Fruita del temps 624,42Kcal - Prot:20,38g - Lip:17,19g - HC:61,28g
23 Crema de pastanaga amb crostonets de pa Truita de patata i carbassó amb amanida de daus de tomàquet amb orenga Fruita del temps 637,7Kcal - Prot:29,5g - Lip:23,4g - HC:66,4g	24 Mongeta verda amb patata Pit de gall dindi amb salsa de formatges Fruita del temps 637,7Kcal - Prot:29,5g - Lip:23,4g - HC:66,4g	25 Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i orenga Salmó al forn amb pebre negre i amanida d'enciam i olives  logurt natural 640,9Kcal - Prot:25,0g - Lip:12,7g - HC:74,0g	26 Amanida complerta amb tonyina Llenties ECO a l'hortelana  Fruita del temps 608,1Kcal - Prot:18g - Lip:19,2g - HC:59,8g	27 JORNADA TRADICIÓ SETMANA SANTA Sopa de peix amb arròs Croquetes de bacallà amb patates xips Pastís de pasqua 
30 FESTIU	31 FESTIU	LA FRUITA ÉS DE TEMPORADA. LA VARIETAT D'AQUEST MES : POMA, PERA, PLÀTAN, TARONJA I MANDARINA. 	EL PA ÉS LOCAL I ESTA INCLÒS EN TOTS ELS ÀPATS. OFERIM PA INTEGRAL TOTS ELS DIJOUS. LA CARN DE PROXIMITAT ÉS DE LA CARNISSERIA BASTÚS. 	L'OLI D'OLIVA QUE ES SERVEIX PER AMANIR ÉS VERGE EXTRA. 

Aquest menú és sa i equilibrat, dissenyat pels nostres experts nutricionistes.



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.

03 Sostenibilitat

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

02 Convivència

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

04 Joc

Aprender jugar és més divertit! El migdia és el nostre moment per riure i descobrir junts.

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 va ser...

Ou

Peix

Llegums

carn



 Per sopar pot ser...

carn

Ou

Verdura

Ou

Peix

carn

Ou

Peix

Fruita



Lacti