

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

Gener, una oportunitat per sembrar valors

Gener no només és el mes de reprendre rutines, sinó que culmina amb el Dia Escolar de la No-violència i la Pau (30 de gener). És una oportunitat perfecta per promoure, també des de casa, valors com **el respecte, la resolució pacífica de conflictes i la comunicació empàtica.**

Què podem fer des de casa?

- Escolta activa cada dia**
 Dediqueu uns minuts a escoltar com ha anat el dia, sense interrupcions ni judicis. Fer-ho crea un clima de confiança i respecte.
- Modeleu la comunicació pacífica**
 Quan hi ha conflicte a casa, mostreu com es pot parlar amb calma, sense crits, buscant solucions i no culpables.
- Practiqueu la cooperació en família**
 Feu petites tasques conjuntes: parar taula, ordenar, cuinar... Treballar en equip reforça el respecte i l'ajuda mútua.

10 mesos causes

Dia Escolar de la No-Violència i la Pau

El Dia Escolar de la No-violència i la Pau (DENIP) en commemoració de la mort de **Mahatma Gandhi**, líder pacifista que va promoure la resistència no violenta per aconseguir la independència de l'Índia i la justícia social.



Treballem per reforçar el bon tracte en el dia a dia: a taula, al pati, a casa.



Families us proposem fer un petit "contracte de bon tracte" familiar a casa amb frases senzilles com:

- ✓ Ens respectem
- ✓ No cridem
- ✓ Demanem perdó
- ✓ Ens abracem cada dia

Segell dietista



Informació nutricional del menú escolar diari

- K** Energia (kcal)
- H** Hidrats de carboni
- P** Proteïna
- 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.



MENÚ : ABRIL 2026

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

Cuinat amb oli d'oliva

DIETA:

BASAL

DILLUNS DIMARTS DIMECRES DIJOUS DIVENDRES



SETMANA SANTA



<p>6</p> <p>FESTIU</p>	<p>7</p> <p>Espaguettis amb salsa pesto Croquetes de rostit Amanida variada Fruita del temps</p> <p>k 685,7 H 49,4 P 36,94 L 37,8</p>	<p>8</p> <p>Amanida de lleties, tomàquet, blat de moro i olives Filet de lluç al forn Amanida variada Fruita del temps</p> <p>k 581,53 H 61,37 P 13,07 L 32,35</p>	<p>9</p> <p>Menestra de verdures (Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba) Botifarra de porc al forn Seques a l'allet logurt natural La Fageda</p> <p>k 838,51 H 73,23 P 26,51 L 49,17</p>	<p>10</p> <p>Arròs tres delícies (ceba, pastanaga i blat de moro) Pollastre al forn amb salsa de poma Fruita del temps</p> <p>k 586,8 H 91,9 P 20,9 L 15,25</p>
<p>13</p> <p>Bròquil amb patata Llibrets de gall dindi al forn Rodanxa de carbassó a la pizza (carbassó, tomàquet, formatge i orenga) Fruita del temps</p> <p>k 733,4 H 59,5 P 22,7 L 48,05</p>	<p>14</p> <p>Empedrat de mongeta blanca (mongeta blanca, pebrot, ceba i olives) Hamburguesa de coliflor Enciam i pastanaga Fruita del temps</p> <p>k 543,71 H 67,31 P 22,25 L 20,81</p>	<p>15</p> <p>Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, pastanaga) Estofat de vedella amb patata i pèsols (ceba, tomàquet, patata i pèsol) Fruita del temps</p> <p>k 613,71 H 93,65 P 26,79 L 14,69</p>	<p>16</p> <p>Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) Truita de carbassó Amanida variada Fruita del temps</p> <p>k 782,31 H 55,54 P 32,86 L 47,55</p>	<p>17</p> <p>Macarrons a la carbonara Salmó al forn amb taronja Cogombre i tomàquet amanit logurt natural La Fageda</p> <p>k 735,18 H 53,43 P 38,25 L 40,97</p>
<p>20</p> <p>Gaspatxo amb ou dur i crustons Fideus a la cassola amb verdures (ceba, tomàquet, carbassó, pastanaga) Fruita del temps</p> <p>k 668,9 H 68 P 18,15 L 36</p>	<p>21</p> <p>Amanida de lleties (tomàquet, olives, blat de moro i pastanaga) Truita de patata i ceba Amanida variada Fruita del temps</p> <p>k 595,62 H 63,69 P 23,4 L 27,28</p>	<p>22</p> <p>Mongeta tendra amb patata Fajites amb cigrons i verdures saltejades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) Amanida variada Fruita del temps</p> <p>k 561,61 H 69,3 P 19,14 L 25,44</p>	<p>SANT JORDI 23</p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Lluç arrebossat Amanida variada Crepe de xocolata</p> <p>k 708,66 H 86,86 P 25,19 L</p> 	<p>24</p> <p>Fesols amb patata bullits i oli d'oliva Aletes de pollastre al forn a la barbacoa Amanida variada Fruita del temps</p> <p>k 561,81 H 65,25 P 32,94 L 19,95</p>
<p>27</p> <p>Arròs a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga) Truita de formatge Amanida variada Fruita del temps</p> <p>k 672,68 H 72,64 P 24,38 L 31,95</p>	<p>28</p> <p>Lleties saltejades amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Calamars a la romana Amanida variada Fruita del temps</p> <p>k 687,11 H 57,8 P 38,04 L 34,45</p>	<p>29</p> <p>Sopa d'au i verdures amb pasta (porro, nap, api, pastanaga i pollastre) Pernilets de pollastre al forn Amanida variada logurt natural La Fageda</p> <p>k 554,16 H 32,37 P 36,11 L 31,13</p>	<p>30</p> <p>Cigrons saltejats amb pernil, tomàquet, ceba i all Hamburguesa de vedella al forn Amanida variada Fruita del temps</p> <p>k 647,71 H 54,45 P 31,68 L 34,3</p>	<p>7 abril Dia Mundial de la Salut</p> 



MENÚ : ABRIL 2026

DIETA:

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

Cuinat amb oli d'oliva

Halal

DILLUNS DIMARTS DIMECRES DIJOUS DIVENDRES



SETMANA SANTA



<p>6</p> <p>FESTIU</p>	<p>7</p> <p>Espaguettis amb salsa pesto Croquetes de bacallà Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>8</p> <p>Amanida de lleties, tomàquet, blat de moro i olives Filet de lluç al forn Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>9</p> <p>Menestra de verdures (Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba) Salsitxes de gall dindi halal Seques a l'allet logurt natural La Fageda</p>	<p>10</p> <p>Arròs tres delícies (ceba, pastanaga i blat de moro) Pollastre halal al forn amb salsa de poma Fruita del temps</p>
<p>13</p> <p>Bròquil amb patata Llibrets de gall dindi halal al forn Rodanxa de carbassó a la pizza (carbassó, tomàquet, formatge i orenga) Fruita del temps</p>	<p>14</p> <p>Empedrat de mongeta blanca (mongeta blanca, pebrot, ceba i olives) Hamburguesa de coliflor Enciam i pastanaga Fruita del temps</p>	<p>15</p> <p>Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, pastanaga) Pernilets de pollastre halal amb patata i pèsols (ceba, tomàquet, patata i pèsol) Fruita del temps</p>	<p>16</p> <p>Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) Trita de carbassó Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>17</p> <p>Macarrons amb beixamel vegetal Salmó al forn amb taronja Cogombre i tomàquet amanit logurt natural La Fageda</p>
<p>20</p> <p>Gaspatxo amb ou dur i crustons Fideus a la cassola amb verdures (ceba, tomàquet, carbassó, pastanaga) Fruita del temps</p>	<p>21</p> <p>Amanida de lleties (tomàquet, olives, blat de moro i pastanaga) Trita de patata i ceba Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>22</p> <p>Mongeta tendra amb patata Fajites amb cigrons i verdures saltejades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>SANT JORDI 23</p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Lluç arrebossat Amanida variada Crepe de xocolata</p>	<p>24</p> <p>Fesols amb patata bullits i oli d'oliva Pollastre halal al forn a la barbacoa Amanida variada Fruita del temps</p>
<p>27</p> <p>Arròs a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga) Trita de formatge Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>28</p> <p>Lleties saltejades amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Calamars a la romana Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>29</p> <p>Sopa de verdures amb pasta (porro, nap, api, pastanaga) Pernilets de pollastre halal al forn Amanida variada logurt natural La Fageda</p>	<p>30</p> <p>Cigrons saltejats amb tomàquet, ceba i all (s/pernil) Hamburguesa de coliflor Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>7 abril Dia Mundial de la Salut</p>



MENÚ : ABRIL 2026

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

Cuinat amb oli d'oliva

DIETA:

SENSE GLUTEN

DILLUNS **DIMARTS** **DIMECRES** **DIJOUS** **DIVENDRES**



SETMANA SANTA



<p>6</p> <p>FESTIU</p>	<p>7</p> <p>Espaguettis (s/gluten) amb salsa pesto Escalopa de pollastre sense gluten Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>8</p> <p>Amanida de patates, tomàquet, blat de moro i olives Filet de lluç al forn Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>9</p> <p>Menestra de verdures (Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba) Botifarra de porc al forn Seques a l'allet logurt natural La Fageda</p>	<p>10</p> <p>Arròs tres delícies (ceba, pastanaga i blat de moro) Pollastre al forn amb salsa de poma Fruita del temps</p>
<p>13</p> <p>Bròquil amb patata Gall dindi al forn Rodanxa de carbassó a la pizza (carbassó, tomàquet, formatge i orenga) Fruita del temps</p>	<p>14</p> <p>Empedrat de mongeta blanca (mongeta blanca, pebrot, ceba i olives) Pollastre al forn Enciam i pastanaga Fruita del temps</p>	<p>15</p> <p>Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, pastanaga) Estofat de vedella amb patata i pèsols (ceba, tomàquet, patata i pèsol) Fruita del temps</p>	<p>16</p> <p>Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) Truita de carbassó Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>17</p> <p>Macarrons (s/gluten) a la carbonara Salmó al forn amb taronja Cogombre i tomàquet amanit logurt natural La Fageda</p>
<p>20</p> <p>Fideus (s/gluten) a la cassola amb verdures (ceba, tomàquet, carbassó, pastanaga) Pollastre al forn Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>21</p> <p>Amanida de patates (tomàquet, olives, blat de moro i pastanaga) Truita de patata i ceba Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>22</p> <p>Mongeta tendra amb patata Cigrons i verdures saltejades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>SANT JORDI 23</p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Luç al forn Amanida variada Natilla de crema La Fageda</p>	<p>24</p> <p>Fesols amb patata bullits i oli d'oliva Aletes de pollastre al forn Amanida variada Fruita del temps</p>
<p>27</p> <p>Arròs a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga) Truita de formatge Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>28</p> <p>Patates amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Rap al forn Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>29</p> <p>Sopa d'au i verdures amb pasta (s/gluten) (porro, nap, api, pastanaga i pollastre) Pernillets de pollastre al forn Amanida variada logurt natural La Fageda</p>	<p>30</p> <p>Cigrons saltejats amb pernil, tomàquet, ceba i all Hamburguesa de vedella al forn Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>7 abril Dia Mundial de la Salut</p>





MENÚ : ABRIL 2026

DIETA:

SENSE OU

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

Cuinat amb oli d'oliva

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



SETMANA SANTA



6

FESTIU

7

Espaguettis (s/ou) amb salsa de tomàquet
Escalopa de pollastre sense gluten
Amanida variada
Fruita del temps

8

Amanida de lleties, tomàquet,
blat de moro i olives
Filet de lluç al forn
Amanida variada
Fruita del temps

9

Menestra de verdures
(Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba)
Botifarra de porc al forn
Seques a l'allet
logurt natural La Fageda

10

Arròs tres delícies
(ceba, pastanaga i blat de moro)
Pollastre al forn
amb salsa de poma
Fruita del temps

13

Bròquil amb patata
Gall dindi al forn
Rodanxa de carbassó a la pizza
(carbassó, tomàquet, formatge i orenga)
Fruita del temps

14

Empedrat de mongeta blanca
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Pollastre al forn
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

15

Amanida d'arròs
(tomàquet, blat de moro, pastanaga)
Estofat de vedella amb patata i pèsols
(ceba, tomàquet, patata i pèsol)
Fruita del temps

16

Cigrons amb sofregit de tomàquet
(ceba, all i tomàquet)
Abadejo al forn
Amanida variada
Fruita del temps

17

Macarrons (s/ou) a la carbonara
Salmó al forn amb taronja
Cogombre i tomàquet amanit
logurt natural La Fageda

20

Fideus (s/ou) a la cassola amb verdures
(ceba, tomàquet, carbassó, pastanaga)
Pollastre al forn
Amanida variada
Fruita del temps

21

Amanida de lleties
(tomàquet, olives, blat de moro i pastanaga)
Abadejo al forn
Amanida variada
Fruita del temps

22

Mongeta tendra amb patata
Fajites amb cigrons i verdures saltejades
(tomàquet, ceba, all i pastanaga)
Amanida variada
Fruita del temps

23

Arròs amb salsa de tomàquet
(ceba, all, pastanaga i tomàquet)
Lluç al forn
Amanida variada
Pastis sense ou



24

Fesols amb patata bullits
i oli d'oliva
Aletes de pollastre al forn a la barbacoa
Amanida variada
Fruita del temps

27

Arròs a la camperola amb pèsols
(tomàquet, ceba, all i pastanaga)
Gall dindi al forn
Amanida variada
Fruita del temps

28

Lleties saltejades amb verdures
(ceba, all, tomàquet i pebrot)
Calamars a la romana
Amanida variada
Fruita del temps

29

Sopa d'au i verdures amb pasta (s/ou)
(porro, nap, api, pastanaga i pollastre)
Pernilets de pollastre al forn
Amanida variada
logurt natural La Fageda

30

Cigrons saltejats amb pernil,
tomàquet, ceba i all
Hamburguesa de vedella al forn
Amanida variada
Fruita del temps

7 abril Dia Mundial de la Salut





MENÚ : ABRIL 2026

DIETA:

- 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

Cuinat amb oli d'oliva

SENSE LACTOSA

DILLUNS **DIMARTS** **DIMECRES** **DIJOUS** **DIVENDRES**



SETMANA SANTA



<p>6</p> <p>FESTIU</p>	<p>7</p> <p>Espaguettis amb salsa de tomàquet Escalopa de pollastre sense llet Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>8</p> <p>Amanida de lleties, tomàquet, blat de moro i olives Filet de lluç al forn Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>9</p> <p>Menestra de verdures (Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba) Botifarra de porc al forn Seques a l'allet logurt s/lactosa La Fageda</p>	<p>10</p> <p>Arròs tres delícies (ceba, pastanaga i blat de moro) Pollastre al forn amb salsa de poma (s/llet) Fruita del temps</p>
<p>13</p> <p>Bròquil amb patata Gall dindi al forn Rodanxa de carbassó al forn Fruita del temps</p>	<p>14</p> <p>Empedrat de mongeta blanca (mongeta blanca, pebrot, ceba i olives) Pollastre al forn Enciam i pastanaga Fruita del temps</p>	<p>15</p> <p>Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, pastanaga) Estofat de vedella amb patata i pèsols (ceba, tomàquet, patata i pèsol) Fruita del temps</p>	<p>16</p> <p>Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) Trita de carbassó Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>17</p> <p>Macarrons a la carbonara Salmó al forn amb taronja Cogombre i tomàquet amanit logurt s/lactosa La Fageda</p>
<p>20</p> <p>Fideus a la cassola amb verdures (ceba, tomàquet, carbassó, pastanaga) Pollastre al forn Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>21</p> <p>Amanida de lleties (tomàquet, olives, blat de moro i pastanaga) Trita de patata i ceba Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>22</p> <p>Mongeta tendra amb patata Fajites amb cigrons i verdures saltejades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>SANT JORDI 23</p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Luç al forn Amanida variada Pastis sense llet</p> 	<p>24</p> <p>Fesols amb patata bullits i oli d'oliva Aletes de pollastre al forn a la barbacoa Amanida variada Fruita del temps</p>
<p>27</p> <p>Arròs a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga) Trita a la francesa Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>28</p> <p>Lleties saltejades amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Varettes de verdures Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>29</p> <p>Sopa d'au i verdures amb pasta (porro, nap, api, pastanaga i pollastre) Pernillets de pollastre al forn Amanida variada logurt s/lactosa La Fageda</p>	<p>30</p> <p>Cigrons saltejats amb tomàquet, ceba i all (s/pernil) Hamburguesa de vedella al forn Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>7 abril Dia Mundial de la Salut</p> 

DILLUNS DIMARTS DIMECRES DIJOUS DIVENDRES



SETMANA SANTA



<p>6</p> <p>FESTIU</p>	<p>7</p> <p>Espaguettis amb salsa pesto Escalopa de pollastre Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>8</p> <p>Amanida de lleties, tomàquet, blat de moro i olives Hamburguesa de coliflor Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>9</p> <p>Menestra de verdures (Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba) Botifarra de porc al forn Seques a l'allet logurt natural La Fageda</p>	<p>10</p> <p>Arròs tres delícies (ceba, pastanaga i blat de moro) Pollastre al forn amb salsa de poma Fruita del temps</p>
<p>13</p> <p>Bròquil amb patata Llibrets de gall dindi al forn Rodanxa de carbassó a la pizza (carbassó, tomàquet, formatge i orenga) Fruita del temps</p>	<p>14</p> <p>Empedrat de mongeta blanca (mongeta blanca, pebrot, ceba i olives) Hamburguesa de coliflor Enciam i pastanaga Fruita del temps</p>	<p>15</p> <p>Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, pastanaga) Estofat de vedella amb patata i pèsols (ceba, tomàquet, patata i pèsol) Fruita del temps</p>	<p>16</p> <p>Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) Trita de carbassó Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>17</p> <p>Macarrons a la carbonara Pollastre al forn amb taronja Cogombre i tomàquet amanit logurt natural La Fageda</p>
<p>20</p> <p>Gaspatxo amb ou dur i crustons Fideus a la cassola amb verdures (ceba, tomàquet, carbassó, pastanaga) Fruita del temps</p>	<p>21</p> <p>Amanida de lleties (tomàquet, olives, blat de moro i pastanaga) Trita de patata i ceba Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>22</p> <p>Mongeta tendra amb patata Fajites amb cigrons i verdures saltejades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>SANT JORDI 23</p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Escalopa de porc Amanida variada</p> 	<p>24</p> <p>Fesols amb patata bullits i oli d'oliva Aletes de pollastre al forn a la barbacoa Amanida variada Fruita del temps</p>
<p>27</p> <p>Arròs a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga) Trita de formatge Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>28</p> <p>Lleties saltejades amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Varettes de verdures Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>29</p> <p>Sopa d'au i verdures amb pasta (porro, nap, api, pastanaga i pollastre) Pernillets de pollastre al forn Amanida variada logurt natural La Fageda</p>	<p>30</p> <p>Cigrons saltejats amb pernil, tomàquet, ceba i all Hamburguesa de vedella al forn Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>7 abril Dia Mundial de la Salut</p> 



MENÚ : ABRIL 2026

DIETA:

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

Cuinat amb oli d'oliva

SENSE MARISC

DILLUNS **DIMARTS** **DIMECRES** **DIJOUS** **DIVENDRES**



SETMANA SANTA



6

FESTIU

7

Espaguettis amb salsa pesto
Escalopa de pollastre
Amanida variada
Fruita del temps

8

Amanida de lleties, tomàquet, blat de moro i olives
Filet de lluç al forn
Amanida variada
Fruita del temps

9

Menestra de verdures (Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba)
Botifarra de porc al forn
Seques a l'allet
logurt natural La Fageda

10

Arròs tres delícies (ceba, pastanaga i blat de moro)
Pollastre al forn amb salsa de poma
Fruita del temps

13

Bròquil amb patata
Llibrets de gall dindi al forn
Rodanxa de carbassó a la pizza (carbassó, tomàquet, formatge i orenga)
Fruita del temps

14

Empedrat de mongeta blanca (mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)
Hamburguesa de coliflor
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

15

Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, pastanaga)
Estofat de vedella amb patata i pèsols (ceba, tomàquet, patata i pèsol)
Fruita del temps

16

Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet)
Trita de carbassó
Amanida variada
Fruita del temps

17

Macarrons a la carbonara
Salmó (s/traces de marisc) al forn amb taronja
Cogombre i tomàquet amanit
logurt natural La Fageda

20

Gaspatxo amb ou dur i crustons
Fideus a la cassola amb verdures (ceba, tomàquet, carbassó, pastanaga)
Fruita del temps

21

Amanida de lleties (tomàquet, olives, blat de moro i pastanaga)
Trita de patata i ceba
Amanida variada
Fruita del temps

22

Mongeta tendra amb patata
Fajites amb cigrons i verdures saltejades (tomàquet, ceba, all i pastanaga)
Amanida variada
Fruita del temps

SANT JORDI 23

Arròs amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
Filet de lluç (s/traces de marisc) al forn
Amanida variada
Crepe de xocolata

24

Fesols amb patata bullits i oli d'oliva
Aletes de pollastre al forn a la barbacoa
Amanida variada
Fruita del temps

27

Arròs a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga)
Trita de formatge
Amanida variada
Fruita del temps

28

Lleties saltejades amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Rap (s/traces de marisc) al forn
Amanida variada
Fruita del temps

29

Sopa d'au i verdures amb pasta (porro, nap, api, pastanaga i pollastre)
Pernillets de pollastre al forn
Amanida variada
logurt natural La Fageda

30

Cigrons saltejats amb pernil, tomàquet, ceba i all
Hamburguesa de vedella al forn
Amanida variada
Fruita del temps





MENÚ : ABRIL 2026

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

Cuinat amb oli d'oliva

DIETA:

SENSE FRUITS SECS

DILLUNS **DIMARTS** **DIMECRES** **DIJOUS** **DIVENDRES**



SETMANA SANTA



<p>6</p> <p>FESTIU</p>	<p>7</p> <p>Espaguettis amb salsa de tomàquet Escalopa de pollastre sense fruits secs Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>8</p> <p>Amanida de llenties, tomàquet, blat de moro i olives Filet de lluç al forn Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>9</p> <p>Menestra de verdures (Patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra i ceba) Botifarra de porc al forn Seques a l'allet logurt natural La Fageda</p>	<p>10</p> <p>Arròs tres delícies (ceba, pastanaga i blat de moro) Pollastre al forn amb salsa de poma Fruita del temps</p>
<p>13</p> <p>Bròquil amb patata Llibrets de gall dindi al forn Rodanxa de carbassó a la pizza (carbassó, tomàquet, formatge i orenga) Fruita del temps</p>	<p>14</p> <p>Empedrat de mongeta blanca (mongeta blanca, pebrot, ceba i olives) Hamburguesa de coliflor Enciam i pastanaga Fruita del temps</p>	<p>15</p> <p>Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, pastanaga) Estofat de vedella amb patata i pèsols (ceba, tomàquet, patata i pèsol) Fruita del temps</p>	<p>16</p> <p>Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) Trita de carbassó Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>17</p> <p>Macarrons a la carbonara Salmó al forn amb taronja Cogombre i tomàquet amanit logurt natural La Fageda</p>
<p>20</p> <p>Gaspatxo amb ou dur Fideus (s/FS) a la cassola amb verdures (ceba, tomàquet, carbassó, pastanaga) Fruita del temps</p>	<p>21</p> <p>Amanida de llenties (tomàquet, olives, blat de moro i pastanaga) Trita de patata i ceba Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>22</p> <p>Mongeta tendra amb patata Fajites amb cigrons i verdures saltejades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>SANT JORDI 23</p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Lluç arrebossat Amanida variada Natilla de crema La Fageda</p> 	<p>24</p> <p>Fesols amb patata bullits i oli d'oliva Aletes de pollastre al forn a la barbacoa Amanida variada Fruita del temps</p>
<p>27</p> <p>Arròs a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga) Trita de formatge Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>28</p> <p>Llenties saltejades amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Calamars a la romana Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>29</p> <p>Sopa d'au i verdures amb pasta (s/FS) (porro, nap, api, pastanaga i pollastre) Pernillets de pollastre al forn Amanida variada logurt natural La Fageda</p>	<p>30</p> <p>Cigrons saltejats amb pernil, tomàquet, ceba i all Hamburguesa de vedella al forn Amanida variada Fruita del temps</p>	<p>7 abril Dia Mundial de la Salut</p> 



MENÚ : ABRIL 2026

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

Cuinat amb oli d'oliva

DIETA:

Halal, SENSE MARISC, LLEGUMS I ALIMENTES EN CONSERVA

DILLUNS **DIMARTS** **DIMECRES** **DIJOUS** **DIVENDRES**



SETMANA SANTA



6

FESTIU

7

Espaguettis (s/soja) amb salsa pesto
 Pit de pollastre empanat halal
 Amanida variada
 Fruita del temps

8

Amanida de patates, tomàquet, blat de moro i olives
 Filet de lluç al forn
 Amanida variada
 Fruita del temps

9

Menestra de verdures (s/pèsols) (Patata, pastanaga i mongeta tendra i ceba)
 Truita a la francesa
 Amanida variada
 logurt natural La Fageda

10

Arròs tres delícies (ceba, pastanaga i blat de moro)
 Pollastre halal al forn amb salsa de poma
 Fruita del temps

13

Bròquil amb patata
 Gall dindi halal al forn
 Rodanxa de carbassó a la pizza (carbassó, tomàquet, formatge i orenga)
 Fruita del temps

14

Empedrat de patates (pebrot, ceba i olives)
 Hamburguesa de coliflor
 Enciam i pastanaga
 Fruita del temps

15

Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, pastanaga)
 Pernilets de pollastre halal amb patata (ceba, tomàquet, patata)
 Fruita del temps

16

Arròs amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet)
 Truita de carbassó
 Amanida variada
 Fruita del temps

17

Macarrons (s/soja) amb salsa de tomàquet
 Salmó (s/traces de marisc) al forn amb taronja
 Cogombre i tomàquet amanit
 logurt natural La Fageda

20

Fideus (s/soja) a la cassola amb verdures (ceba, tomàquet, carbassó, pastanaga)
 Pollastre halal al forn
 Amanida variada
 Fruita del temps

21

Amanida de patates (tomàquet, olives, blat de moro i pastanaga)
 Truita de patata i ceba
 Amanida variada
 Fruita del temps

22

Mongeta tendra amb patata
 Pollastre halal i verdures saltejades (tomàquet, ceba, all i pastanaga)
 Amanida variada
 Fruita del temps

23

SANT JORDI

Arròs amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
 Lluç al forn (s/traces de marisc)
 Amanida variada
 logurt natural La Fageda

24

Mongeta tendra amb patata bullida i oli d'oliva
 Pollastre halal al forn a la barbacoa
 Amanida variada
 Fruita del temps

27

Arròs a la camperola (s/pèsols) (tomàquet, ceba, all i pastanaga)
 Truita de formatge
 Amanida variada
 Fruita del temps

28

Patates amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
 Rap al forn (s/traces de marisc)
 Amanida variada
 Fruita del temps

29

Sopa de verdures amb pasta (s/soja) (porro, nap, api, pastanaga)
 Pernilets de pollastre halal al forn
 Amanida variada
 logurt natural La Fageda

30

Arròs amb sofregit de tomàquet
 Hamburguesa de coliflor
 Amanida variada
 Fruita del temps



FRUITA DEL TEMPS:
 Poma 100gr1R
 Mandarina 100gr1R
 Taronja 100gr1R
 Pera 100gr1R
 Banana 50 g1R



el tiler
 INSTITUT ESCOLA

MENÚ : ABRIL 2026

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

Cuinat amb oli d'oliva

DIETA:

HALAL; 8R

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



SETMANA SANTA



FESTIU

6

7

8

9

10

Espaguettis (180g cuits) (4R) amb salsa pesto
 Croquetes de bacallà (100g) (2,5R)
 Amanida variada (0,5R)
 Fruita del temps (1R)

Amanida de lenties (150g cuit) (3R) tomàquet,
 blat de moro i olives (100g) (0,5R)
 Filet de lluç al forn
 Amanida variada (0,5R)
 Fruita del temps (2R)
 Pa integral (45g) (2R)

Menestra de verdures
 (130g patata cuita (2R)) (pèsols (25g) (0,5R),
 pastanaga i mongeta tendra i ceba) (100g) (0,5R)
 Salsitxes de gall dindi halal
 Seques a l'allet (85g) (1,5R)
 logurt natural La Fageda
 Pa integral (35g) (1,5R)

Arròs (160g cuit) (4R) tres delícies
 (ceba, pastanaga i blat de moro)(100g) (0,5R)
 Pollastre halal al forn
 Amanida variada (0,5R)
 Fruita del temps (2R)
 Pa integral (23g) (1R)

13

14

15

16

17

Bròquil amb patata (110g) (2R)
 Llibrets de gall dindi halal (125g) (2R)
 Rodanxa de carbassó al forn (80g) (0,25R)
 Pa integral (40g) (1,75R)
 Fruita del temps (2R)

Empedrat de mongeta blanca (110g cuits) (2R)
 (pebrot, ceba i olives) (100g) (0,5R)
 Hamburguesa de coliflor(75g) (1,5R)
 Enciam i pastanaga (35g) (0,25R)
 Fruita del temps (2R)
 Pa integral (40g) (1,75R)

Amanida d'arròs (120g cuit) (3R)
 (tomàquet, blat de moro, pastanaga) (100g) (0,5R)
 Pernilets de pollastre halal
 amb patata (55g) (1R) i pèsols (25g) (0,25R)
 Fruita del temps (2R)
 Pa integral (28g) (1,25R)

Cigrons (165g cuits) (3R) amb sofregit
 de tomàquet (ceba, all i tomàquet) (80g) (0,5R)
 Truita de Carbassó (115g) (1,5R)
 Fruita del temps (1R)
 Pa integral (45g) (2R)

Macarrons (180g cuits) (4R)
 amb beixamel vegetal (70g) (0,5R)
 Salmó al forn
 Amanida variada (0,5R)
 logurt natural La Fageda
 Pa integral (45g) (2R)

20

21

22

SANT JORDI

23

24

Gaspatxo amb ou dur i crustons (35g) (2,5R)
 Fideus (30g cru) (2,25R) a la cassola
 amb verdures (ceba, tomàquet,
 Amanida variada (0,5R)
 Fruita del temps (1R)
 Pa integral (40g) (1,75R)

Amanida de lenties (150g cuit) (3R) (tomàquet,
 olives, blat de moro i pastanaga) (100g) (0,5R)
 Truita de patata i ceba (105g) (1R)
 Amanida variada (0,5R)
 Fruita del temps (1R)
 Pa integral (45g) (2R)

Mongeta tendra amb patata (55g) (1R)
 Fajites (80g) (4,5R) amb cigrons (55g) (1R)
 i verdures saltejades (tomàquet, ceba,
 all i pastanaga) (50g) (0,5R)
 Fruita del temps (1R)

Arròs (160g cuit) (4R)
 amb salsa de tomàquet (80g) (0,5R)
 (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
 Lluç arrebossat (100g) (2R)
 Amanida variada (0,5R)
 logurt natural La Fageda
 Pa integral (23g) (1R)



Fesols (110g cuits) (2R) amb patata
 (80g) (1,5R) bullits i oli d'oliva
 Pollastre halal al forn
 Amanida variada (0,5R)
 Fruita del temps (2R)
 Pa integral (45g) (2R)

27

28

29

30

Arròs (160g cuit) (4R)
 a la camperola amb pèsols (25g) (0,25R)
 (tomàquet, ceba, all i pastanaga) (50g) (0,5R)
 Truita de formatge
 Amanida variada (0,5R)
 Fruita del temps (1R)
 Pa integral (40g) (1,75R)

Llenties (150g cuit) (3R) saltejades amb verdures
 (ceba, all, tomàquet i pebrot)
 Calamars a la romana (100g) (2,5R)
 Amanida variada (0,5R)
 Fruita del temps (2R)

Sopa de verdures amb pasta (30g cru) (2,25R)
 (porro, nap, api, pastanaga)
 Pernilets de pollastre halal al forn
 Amanida variada (0,5R)
 logurt natural La Fageda
 Pa integral (50g) (2,25R)

Cigrons (110g cuits) (2R) saltejats amb
 (tomàquet, ceba i all) (80g) (0,5R)
 Hamburguesa de coliflor(75g) (1,5R)
 Amanida variada (0,5R)
 Fruita del temps (2R)
 Pa integral (35g) (1,5R)

7 abril Dia Mundial de la Salut

