



INSTITUT ESCOLA TRAMUNTANA

MARÇ 2026

GCN MENJADORS

DILLUNS – 02	DIMARTS - 03	DIMECRES -04	DIJOUS - 05	DIVENDRES – 06
<p>CREMA DE CARBASSA (SENSE PATATA)</p> <p>ARRÒS ECOLÒGIC INTEGRAL AMB TOFU, AMANIDA I BLAT DE MORO</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>SOPA DE VERDURES A LA JULIANA</p> <p>CUIXA DE POLLASTRE AL FORN I ENCIAM I TOMAQUETS XERRI</p> <p>IOGURT</p>	<p>LLENTIES ECOLÒGIQUES ESTOFADES AMB HORTALISSES</p> <p>TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA I OLIVES</p> <p>FRUITA ECOLÒGICA</p>	<p>GALETS ECOLÒGICS INTEGRALS AMB OLI I ORENGA</p> <p>FILET DE FOGONER AL FORN AMB AMANIDA I PASTANAGA</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>SALTAT DE COL I PATATES AMB ALLS</p> <p>FRICANDÓ DE VEDELLA AMB XAMPINYONS</p> <p>FRUITA ECOLÒGICA</p>
DILLUNS – 09	DIMARTS -10	DIMECRES -11	DIJOUS –12	DIVENDRES –13
<p>MACARRONS ECOL. INTEGRALS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET</p> <p>FILET DE SEITÓ EN TEMPURA AMB ENCIAM I REMOLATXA</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>MONGETA TENDRA I PATATES AL VAPOR</p> <p>LLOM A LA PLANXA AMB ENCIAM I PASTANAGA</p> <p>IOGURT</p>	<p>GUISAT DE CIGRONS ECOLÒGICS AMB HORTALISSES</p> <p>OUS DURS AMB BEIXAMEL</p> <p>FRUITA ECOLÒGICA</p>	<p>CREMA DE CARBASSÓ (SENSE PATATA)</p> <p>PIZZA MARGARIDA CASOLANA AMB AMANIDA OPCIONAL</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ARRÒS ECOLÒGIC INTEGRAL AMB VERDURES</p> <p>ESTOFAT DE GALL DINDI A LA JARDINERA I PÈSOLS</p> <p>FRUITA ECOLÒGICA</p>
DILLUNS - 16	DIMARTS – 17	DIMECRES – 18 MENÚ DEL PERU	DIJOUS – 19	DIVENDRES – 20
<p>SOPA DE PEIX AMB PASTA ECOLÒGICA</p> <p>MANDONGUILLES DE VEDELLA AMB SAMFAINA</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>PÈSOLS, PASTANAGA I PATATES BULLIDES</p> <p>PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA I ENCIAM I TOMAQUETS XERRI</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>ARRÒS ECOLÒGIC CHAUFÀ</p> <p>“XIXARRON” DE PEIX AMB AMANIDA VARIADA</p> <p>FRUITA ECOLÒGICA</p>	<p>GUISAT DE MONGETES ECOLÒGIQUES AMB HORTALISSES</p> <p>TRUITA FRANCESA AMB MESCLUM D’ENCIIAMS</p> <p>IOGURT</p>	<p>CREMA VICHYSOISE (SENSE PATATA)</p> <p>HAMBURGUESA VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA VERDA</p> <p>FRUITA ECOLÒGICA</p>
DILLUNS - 23	DIMARTS – 24	DIMECRES -25	DIJOUS – 26	DIVENDRES –27
<p>ARRÒS ECOLÒGIC INTEGRAL AMB PANSES I CEBA</p> <p>TRUITA D’ESPINACS AMB ENCIAM I BLAT DE MORO</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>COL I FLOR I PATATES AL GRATEN</p> <p>MAGRA DE PORC ESTOFADA AMB SUC I CUS-CUS</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>LLENTIES ECOLÒGIQUES ESTOFADES AMB HORTALISSES</p> <p>FILET DE BACALLÀ AL FORN AMB ENCIAM I OLIVES</p> <p>FRUITA ECOLÒGICA</p>	<p>SOPA JULIANA DE VERDURES SENSE PASTA</p> <p>POLLASTRE AL FORN AMB PATATES XIPS</p> <p>IOGURT</p>	<p>CREMA DE PASTANAGA (SENSE PATATA)</p> <p>FIDEUADA ECOLÒGICA DE PEIX AMB AMANIDA VARIADA</p> <p>FRUITA ECOLÒGICA</p>
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES -	DIJOUS –	DIVENDRES –

LES PASTES, ELS LLEGUMS I ELS ARROSSOS SON ECOLÒGICS, LES FRUITES SERAN POMES, PERES, PLÀTANS I TARONGES SEGONS EL PUNT ÒPTIM DE MADURACIÓ, 2 FRUITES SETMANALS ECOLÒGIQUES ,