

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
02	03	04	05	06
Macarrons a la napolitana	Sopa d'au amb fideus integrals eco	Mongetes blanques guisades amb carbassa	Arròs a la saragossana	Crema de pastanaga
Llenties estofades amb pebrot	Truita de patata i carbassó	Cinta de llom rostida amb salsa rossa	Lluç arrebossat	Gall dindi strogonof
-	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i blat de moro	Amb amanida d'enciam i tomàquet	-
logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa
09	10	11	12	13
Espirals integrals amb tomàquet	Llenties tipus ordesa	Minestra de verdures	Daus de patata amb carbassa al forn a la italiana	Arròs amb bolets
Hamburguesa de vedella al forn	Truita de patata i ceba	Pollastre rostit a farigola llimona	Cigrons amb espinacs	Filet d'abadejo amb salsa aurora i carbassó
Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i blat de moro	-
Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa
16	17	18	19	20
DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Espaguetis a la italiana amb formatge	Trinxat (col i patata)	Crema de verdures	Arròs amb tomàquet
	Truita francesa	Salmó al forn	Estofat de porc a l'estil aragonès	Llenties estofades amb ceba
	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i blat de moro	-	-
	Fruita i pa	logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa	Fruita i pa
23	24	25	26	27
Crema de carbassó i carbassa	Arròs amb ceba, pastanaga, pèsols i tomàquet	Galets amb salsa aurora	Mongeta verda amb patates	Escudella (pasta+cigrons)
Contracuixa de pollastre amb salsa espanyola	Abadejo amb salsa de carbassó i ceba	Mongetes blanques guisades amb verdures	Mandonguilles de vedella a la jardinera	Truita de patata i carbassó
-	Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida de tomàquet	Amb amanida
Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa
02	03	04	05	06

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 conviure,
respectar i celebrar la diversitat.

04 Joc

Aprende jugant 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
era...



Ou



Peix



Llegums



Carn



Carn



Ou



Peix



Ou



Peix



Carn



Ou



Peix



Fruita



Lacti

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
02	03	04	05	06
Macarrons a la napolitana	Sopa d'au amb fideus integrals eco	Mongetes blanques guisades amb carbassa	Arròs amb carbassó i pastanaga	Crema de pastanaga
Llenties estofades amb pebrot	Truita de patata i carbassó	Coliflor amb patates	Lluç arrebossat	Gall dindi stroganoff
-	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i blat de moro	Amb amanida d'enciam i tomàquet	-
logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa
09	10	11	12	13
Espirals integral amb tomàquet	Llenties amb verdures	Minestra de verdures	Daus de patata amb carbassa al forn a la italiana	Arròs amb bolets
Hamburguesa vegetal	Truita de patata	Pollastre rostit a farigola llimona	Cigrons amb espinacs	Filet d'abadejo al forn amb carbassó
Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida d'enciam i blat de moro	-
Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa
16	17	18	19	20
DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Espaguetis a la italiana amb formatge	Trinxat (col i patata)	Crema de verdures	Arròs amb tomàquet
	Truita francesa	Salmó al forn	Lluç al forn	Llenties estofades amb ceba
	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i blat de moro	-	-
	Fruita i pa	logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa	Fruita i pa
23	24	25	26	27
Crema de carbassó i carbassa	Arròs amb ceba, pastanaga, pèsols i tomàquet	Galets amb tomàquet	Mongeta verda amb patata	Sopa de verdures amb fideus
Contracuixa de pollastre amb salsa espanyola	Abadejo amb salsa de carbassó i ceba	Mongetes blanques guisades amb verdures	Filet de pollastre al forn	Truita de patata i carbassó
Amb amanida d'enciam i tomàquet	Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida	Amb tomàquet al forn	Amb amanida d'enciam i pastanaga
Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa
02	03	04	05	06

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.

02 Convivència

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

03 Sostenibilitat

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

04 Joc

Aprendre jugant 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



Pasta/Arròs



Verdura



Llegums



Verdura



Pasta/Arròs



Per sopar pot
ser...



Si a l'escola el segon plat
era...



Ou



Carn



Peix



Peix



Ou



Carn



Llegums



Peix



Ou



Carn



Ou



Peix



Fruita



Lacti

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
02	03	04	05	06
Macarrons a la napolitana	Sopa de verdures amb fideus eco	Mongetes blanques guisades amb carbassa	Arròs amb carbassó i pastanaga	Crema de pastanaga
Llenties estofades amb pebrot	Truita de patata i carbassó	Coliflor amb patates	Lluç arrebossat	Truita de patata i espinacs
-	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i blat de moro	Amb amanida d'enciam i tomàquet	-
logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa
09	10	11	12	13
Espirals integrals amb tomàquet	Llenties amb verdures	Minestra de verdures	Daus de patata amb carbassa al forn a la italiana	Arròs amb bolets
Hamburguesa vegetal	Truita de patata i ceba	Rotllets de primavera	Cigrons amb espinacs	Filet d'abadejo amb salsa aurora i carbassó
Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida d'enciam i blat de moro	-
Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa
16	17	18	19	20
DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Espaguetis a la italiana amb formatge	Trinxat (col i patata)	Crema de verdures	Arròs amb tomàquet
	Truita francesa	Salmó al forn	Truita de carbassó	Llenties estofades amb ceba
	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i blat de moro	-	-
	Fruita i pa	logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa	Fruita i pa
23	24	25	26	27
Crema de carbassó i carbassa	Arròs amb ceba, pastanaga, pèsols i tomàquet	Galets amb tomàquet	Mongeta verda amb patates	Sopa de verdures amb fideus
Truita francesa	Abadejo amb salsa de carbassó i ceba	Mongetes blanques guisades amb verdures	Hamburguesa vegetal	Truita de patata i carbassó
Amb amanida d'enciam i tomàquet	Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida	Amb tomàquet al forn	Amb amanida d'enciam i pastanaga
Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa
02	03	04	05	06

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.

02 Convivència

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

03 Sostenibilitat

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

04 Joc

Aprende jugant 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



Pasta/Arròs

SEGONS PLATS



Si a l'escola el segon plat era...



Ou



Peix



Llegums



Carn



Per sopar pot ser...



Carn



Ou



Peix



Ou



Carn



Fruita



Lacti

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
02	03	04	05	06
Pasta (sense gluten, sense ou) amb tomàquet	Sopa d'au amb pasta (sense gluten, sense ou)	Mongetes blanques guisades amb carbassa	Arròs amb carbassó i pastanaga	Crema de pastanaga
Pollastre al forn	Truita de patata i carbassó	Cinta de llom rostida amb salsa rossa (sense farina de blat)	Lluç al forn al ajoarriero	Gall dindi stroganof
-	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i blat de moro	Amb amanida d'enciam i tomàquet	-
logurt natural la fageda i pa sense gluten	Fruita i pa sense gluten	Fruita i pa sense gluten	Fruita i pa sense gluten	Fruita i pa sense gluten
09	10	11	12	13
Pasta (sense ou, sense gluten) amb tomàquet	Patates al forn amb orenga	Minestra de verdures	Daus de patata amb carbassa al forn a la italiana	Arròs amb bolets
Hamburguesa de vedella al forn (sense gluten ni lactosa)	Truita francesa	Pollastre rostit a farigola llimona	Cigrons amb espinacs	Filet d'abadejo al forn amb carbassó
Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida d'enciam i blat de moro	-
Fruita i pa sense gluten	Fruita i pa sense gluten	Fruita i pa sense gluten	logurt natural la fageda i pa sense gluten	Fruita i pa sense gluten
16	17	18	19	20
DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Pasta (sense gluten, sense ou) a la italiana	Trinxat (col i patata)	Crema de verdures	Arròs amb tomàquet
	Truita francesa	Salmó al forn	Magra de porc a l'estil aragonès	Filet de gall dindi al forn
	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i blat de moro	-	-
	Fruita i pa sense gluten	logurt natural la fageda i pa sense gluten	Fruita i pa sense gluten	Fruita i pa sense gluten
23	24	25	26	27
Crema de carbassó i carbassa	Arròs amb ceba, pastanaga, pèsols i tomàquet	Pasta (sense gluten, sense ou) amb tomàquet	Mongeta verda amb patates	Sopa d'au amb pasta (sense gluten, sense ou)
Contracuixa de pollastre amb salsa espanyola	Abadejo amb salsa de carbassó i ceba	Mongetes blanques guisades amb verdures	Mandonguilles de vedella a la jardineria	Truita de patata i carbassó
-	Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida	Amb tomàquet al forn	Amb amanida d'enciam i pastanaga
Fruita i pa sense gluten	Fruita i pa sense gluten	Fruita i pa sense gluten	logurt natural la fageda i pa sense gluten	Fruita i pa sense gluten
02	03	04	05	06

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.

02 Convivència

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

03 Sostenibilitat

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

04 Joc

Aprende jugant 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 era...



Ou



Peix



Llegums



Carn



Per sopar pot ser...



Carn



Peix



Ou



Carn



Peix



Ou



Peix



Fruita



Lacti

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
02	03	04	05	06
Pasta (sense gluten, sense ou) amb tomàquet	Sopa d'au amb pasta (sense gluten, sense ou)	Mongetes blanques guisades amb carbassa	Arròs amb carbassó i pastanaga	Crema de pastanaga
Llenties estofades amb pebrot	Filet de gall dindi al forn	Cinta de llom rostida amb salsa rossa	Lluç al forn al ajoarriero	Gall dindi stroganof
-	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i blat de moro	Amb amanida d'enciam i tomàquet	-
Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa
09	10	11	12	13
Pasta (sense gluten, sense ou) amb tomàquet	Llenties amb verdures	Minestra de verdures	Daus de patata amb carbassa al forn a la italiana	Arròs amb bolets
Cinta de llom fresca al forn	Filet de gall dindi al forn	Pollastre rostit a farigola llimona	Cigrons amb espinacs	Filet d'abadejo al forn amb carbassó
Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida d'enciam i blat de moro	-
Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa
16	17	18	19	20
DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Pasta (sense gluten, sense ou) a la italiana (sense formatge)	Trinxat (col i patata)	Crema de verdures	Arròs amb tomàquet
	Llom de porc amb all i julivert	Salmó al forn	Cinta de llom al forn	Llenties estofades amb ceba
	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i blat de moro	-	-
	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa
23	24	25	26	27
Crema de carbassó i carbassa	Arròs amb ceba, pastanaga, pèsols i tomàquet	Pasta (sense gluten, sense ou) amb tomàquet	Mongeta verda amb patates	Sopa d'au amb pasta (sense gluten, sense ou)
Contracuixa de pollastre amb salsa espanyola	Abadejo amb salsa de carbassó i ceba	Mongetes blanques guisades amb verdures	Filet de pollastre al forn	Filet de gall dindi al forn
-	Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida	Amb tomàquet al forn	Amb amanida d'enciam i pastanaga
Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa
02	03	04	05	06

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.

02 Convivència

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

03 Sostenibilitat

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

04 Joc

Aprendre jugant 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



Pasta/Arròs



Verdura



Llegums



Verdura



Pasta/Arròs



Per sopar pot
ser...



Si a l'escola el segon plat
era...



Ou



Carn



Peix



Peix



Ou



Carn



Llegums



Peix



Ou



Carn



Ou



Peix



Fruita



Lacti

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
02	03	04	05	06
Macarrons a la napolitana	Sopa d'au amb fideus integrals eco	Mongetes blanques guisades amb carbassa	Arròs amb carbassó i pastanaga	Crema de pastanaga
Llenties estofades amb pebrot	Truita de patata i carbassó	Cinta de llom rostida amb salsa rossa	Lluç al forn al ajoarriero	Gall dindi strogonof
-	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i blat de moro	Amb amanida d'enciam i tomàquet	-
logurt de soja i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa
09	10	11	12	13
Espirals integrals amb tomàquet	Llenties amb verdures	Minestra de verdures	Daus de patata amb carbassa al forn a la italiana	Arros amb bolets
Cinta de llom fresca al forn	Truita de patata i ceba	Pollastre rostit a farigola llimona	Cigrons amb espinacs	Filet d'abadejo al forn amb carbassó
Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida d'enciam i blat de moro	-
Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	logurt de soja i pa	Fruita i pa
16	17	18	19	20
DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Espaguetis a la italiana (sense formatge)	Trinxat (col i patata)	Crema de verdures	Arròs amb tomàquet
	Truita francesa	Salmó al forn	Magra de porc a l'estil aragonès	Llenties estofades amb ceba
	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i blat de moro	-	-
	Fruita i pa	logurt de soja i pa	Fruita i pa	Fruita i pa
23	24	25	26	27
Crema de carbassó i carbassa	Arròs amb ceba, pastanaga, pèsols i tomàquet	Galets amb tomàquet	Mongeta verda amb patates	Escudella (pasta+cigrons)
Contracuixa de pollastre amb salsa espanyola	Abadejo amb salsa de carbassó i ceba	Mongetes blanques guisades amb verdures	Filet de pollastre al forn	Truita de patata i carbassó
-	Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida	Tomàquet al forn	Amb amanida d'enciam i pastanaga
Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	logurt de soja i pa	Fruita i pa
02	03	04	05	06

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.

02 Convivència

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

03 Sostenibilitat

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

04 Joc

Aprendre jugant 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



Pasta/Arròs



Verdura



Llegums



Verdura



Pasta/Arròs



Pasta/Arròs



Si a l'escola el segon plat
era...



Ou



Carn



Peix



Peix



Ou



Carn



Llegums



Peix



Ou



Carn



Ou



Peix



Fruita



Lacti

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
02	03	04	05	06
Pasta (sense gluten, sense ou) amb tomàquet	Sopa d'au amb pasta (sense gluten, sense ou)	Mongetes blanques guisades amb carbassa	Arròs amb carbassó i pastanaga	Crema de pastanaga
Llenties estofades amb pebrot	Filet de gall dindi al forn	Cinta de llom rostida amb salsa rossa	Lluç al forn al ajoarriero	Gall dindi stroganof
-	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i blat de moro	Amb amanida d'enciam i tomàquet	-
logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa
09	10	11	12	13
Pasta (sense ou, sense gluten) amb tomàquet	Llenties amb verdures	Minestra de verdures	Daus de patata amb carbassa al forn a la italiana	Arròs amb bolets
Hamburguesa de vedella al forn (sense gluten ni lactosa) sense ou	Filet de gall dindi al forn	Pollastre rostit a farigola llimona	Cigrons amb espinacs	Filet d'abadejo al forn amb carbassó
Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida d'enciam i blat de moro	-
Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa
16	17	18	19	20
DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Pasta (sense gluten, sense ou) a la italiana (sense formatge)	Trinxat (col i patata)	Crema de verdures	Arròs amb tomàquet
	Llom de porc amb all i julivert	Salmó al forn	Cinta de llom al forn	Llenties estofades amb ceba
	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i blat de moro	-	-
	Fruita i pa	logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa	Fruita i pa
23	24	25	26	27
Crema de carbassó i carbassa	Arròs amb ceba, pastanaga, pèsols i tomàquet	Pasta (sense gluten, sense ou) amb tomàquet	Mongeta verda amb patates	Sopa d'au amb pasta (sense gluten, sense ou)
Contracuixa de pollastre amb salsa espanyola	Abadejo amb salsa de carbassó i ceba	Mongetes blanques guisades amb verdures	Mandonguilles de vedella a la jardineria	Lluç al forn
-	Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida	Amb tomàquet al forn	Amb amanida d'enciam i pastanaga
Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa
02	03	04	05	06

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.

02 Convivència

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

03 Sostenibilitat

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

04 Joc

Aprendre jugant 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 era...



Ou



Peix



Llegums



Carn



Carn



Ou



Peix



Ou



Peix



Fruita



Lacti

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
02	03	04	05	06
Macarrons a la napolitana	Sopa d'au amb fideus integrals eco	Mongetes blanques guisades amb carbassa	Arròs amb carbassó i pastanaga	Crema de pastanaga
Llenties estofades amb pebrot	Truita de patata i carbassó	Coliflor amb patates	Filet de pollastre amb all i julivert	Gall dindi strogonof
-	Amb amanida d'enciam	Amb amanida d'enciam i blat de moro	Amb amanida d'enciam i tomàquet	-
logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa
09	10	11	12	13
Espirals integrals amb tomàquet	Llenties amb verdures	Minestra de verdures	Daus de patata amb carbassa al forn a la italiana	Arròs amb bolets
Hamburguesa de vedella al forn	Truita de patata i ceba	Pollastre rostit a farigola llimona	Cigrons amb espinacs	Filet de gall dindi amb carbassó
Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb enciam	Amb amanida d'enciam	Amb amanida d'enciam i blat de moro	-
Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa
16	17	18	19	20
DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Espaguetis a la italiana amb formatge	Trinxat (col i patata)	Crema de verdures	Arròs amb tomàquet
	Truita francesa	Filet de pollastre amb all i julivert	Truita de carbassó	Llenties estofades amb ceba
	Amb amanida d'enciam	Amb amanida d'enciam i blat de moro	-	-
	Fruita i pa	logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa	Fruita i pa
23	24	25	26	27
Crema de carbassó i carbassa	Arròs amb ceba, pastanaga, pèsols i tomàquet	Galets amb tomàquet	Mongeta verda amb patates	Escudella (pasta+cigrons)
Contracuixa de pollastre amb salsa espanyola	Filet de gall dindi al forn	Mongetes blanques guisades amb verdures	Mandonguilles de vedella a la jardineria	Truita de patata i carbassó
Amb amanida d'enciam i tomàquet	Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida	Amb amanida de tomàquet	Amb amanida d'enciam i pastanaga
Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa
02	03	04	05	06



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.

02 Convivència

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

03 Sostenibilitat

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

04 Joc

Aprendre jugant 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



Pasta/Arròs



Verdura



Llegums



Verdura



Pasta/Arròs



SEGONS PLATS



Si a l'escola el segon plat
era...



Ou



Carn



Peix



Peix



Ou



Carn



Llegums



Peix



Ou



Carn



Ou



Peix



Fruita



Lacti

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
02	03	04	05	06
Macarrons a la napolitana	Sopa d'au amb fideus integrals eco	Mongetes blanques guisades amb carbassa	Arròs amb carbassó i pastanaga	Crema de pastanaga
Llenties estofades amb pebrot	Truita de patata i carbassó	Cinta de llom rostida amb salsa rossa	Filet de pollastre amb all i julivert	Gall dindi stroganof
-	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i blat de moro	Amb amanida d'enciam i tomàquet	-
logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa
09	10	11	12	13
Espirals integrals amb tomàquet	Llenties amb verdures	Minestra de verdures	Daus de patata amb carbassa al forn a la italiana	Arròs amb bolets
Hamburguesa de vedella al forn	Truita de patata i ceba	Pollastre rostit a farigola llimona	Cigrons amb espinacs	Filet de gall dindi amb carbassó
Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida d'enciam i blat de moro	-
Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa
16	17	18	19	20
DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Espaguetis a la italiana amb formatge	Trinxat (col i patata)	Crema de verdures	Arròs amb tomàquet
	Truita francesa	Filet de pollastre amb all i julivert	Magra de porc a l'estil aragonès	Llenties estofades amb ceba
	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i blat de moro	-	-
	Fruita i pa	logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa	Fruita i pa
23	24	25	26	27
Crema de carbassó i carbassa	Arròs amb ceba, pastanaga, pèsols i tomàquet	Galets amb tomàquet	Mongeta verda amb patates	Escudella (pasta+cigrons)
Contracuixa de pollastre amb salsa espanyola	Filet de gall dindi al forn	Mongetes blanques guisades amb verdures	Mandonguilles de vedella a la jardineria	Truita de patata i carbassó
-	Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida	Amb tomàquet al forn	Amb amanida d'enciam i pastanaga
Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa
02	03	04	05	06

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.

02 Convivència

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

03 Sostenibilitat

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

04 Joc

Aprendre jugant 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



Pasta/Arròs



Verdura



Llegums



Verdura



Pasta/Arròs



SEGONS PLATS



Si a l'escola el segon plat
era...



Ou



Carn



Peix



Peix



Ou



Carn



Llegums



Peix



Ou



Carn



Ou



Peix



Fruita



Lacti

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
02	03	04	05	06
Macarrons a la napolitana	Sopa d'au amb fideus integrals eco	Mongetes blanques guisades amb carbassa	Arròs amb carbassó i pastanaga	Crema de pastanaga
Llenties estofades amb pebrot	Truita de patata i carbassó	Cinta de llom rostida amb salsa rossa	Lluç al forn al ajoarriero	Gall dindi stroganof
-	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i blat de moro	Amb amanida d'enciam i tomàquet	-
logurt de soja i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa
09	10	11	12	13
Espirals integrals amb tomàquet	Llenties amb verdures	Minestra de verdures	Daus de patata amb carbassa al forn a la italiana	Arros amb bolets
Cinta de llom fresca al forn	Truita de patata i ceba	Pollastre rostit a farigola llimona	Cigrons amb espinacs	Filet d'abadejo al forn amb carbassó
Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida d'enciam i blat de moro	-
Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	logurt de soja i pa	Fruita i pa
16	17	18	19	20
DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Espaguetis a la italiana (sense formatge)	Trinxat (col i patata)	Crema de verdures	Arròs amb tomàquet
	Truita francesa	Salmó al forn	Magra de porc a l'estil aragonès	Llenties estofades amb ceba
	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i blat de moro	-	-
	Fruita i pa	logurt de soja i pa	Fruita i pa	Fruita i pa
23	24	25	26	27
Crema de carbassó i carbassa	Arròs amb ceba, pastanaga, pèsols i tomàquet	Galets amb tomàquet	Mongeta verda amb patates	Escudella (pasta+cigrons)
Contracuixa de pollastre amb salsa espanyola	Abadejo amb salsa de carbassó i ceba	Mongetes blanques guisades amb verdures	Filet de pollastre al forn	Truita de patata i carbassó
-	Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida	Tomàquet al forn	Amb amanida d'enciam i pastanaga
Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	logurt de soja i pa	Fruita i pa
02	03	04	05	06

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.

02 Convivència

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

03 Sostenibilitat

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

04 Joc

Aprendre jugant 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



Pasta/Arròs



Verdura



Llegums



Verdura



Pasta/Arròs



SEGONS PLATS



Si a l'escola el segon plat
era...



Ou



Carn



Peix



Peix



Ou



Carn



Llegums



Peix



Ou



Carn



Ou



Peix



Fruita



Lacti

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
02	03	04	05	06
Macarrons a la napolitana	Sopa d'au amb fideus integrals eco	Mongetes blanques guisades amb carbassa	Arròs amb carbassó i pastanaga	Crema de pastanaga
Llenties estofades amb pebrot	Truita de patata i carbassó	Coliflor amb patates	Lluç arrebossat	Gall dindi stroganof
-	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i blat de moro	Amb amanida d'enciam i tomàquet	-
logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa
09	10	11	12	13
Espirals integrals amb tomàquet	Llenties amb verdures	Minestra de verdures	Daus de patata amb carbassa al forn a la italiana	Arròs amb bolets
Hamburguesa de vedella al forn (sense gluten ni lactosa)	Truita de patata i ceba	Pollastre rostit a farigola llimona	Cigrons amb espinacs	Filet d'abadejo amb salsa aurora i carbassó
Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida d'enciam i blat de moro	-
Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa
16	17	18	19	20
DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Espaguetis a la italiana amb formatge	Trinxat (col i patata)	Crema de verdures	Arròs amb tomàquet
	Truita francesa	Salmó al forn	Truita de carbassó	Llenties estofades amb ceba
	Amb amanida d'enciam i olives	Amb amanida d'enciam i blat de moro	-	-
	Fruita i pa	logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa	Fruita i pa
23	24	25	26	27
Crema de carbassó i carbassa	Arròs amb ceba, pastanaga, pèsols i tomàquet	Galets amb tomàquet	Mongeta verda amb patates	Escudella (pasta+cigrons)
Contracuixa de pollastre amb salsa espanyola	Abadejo amb salsa de carbassó i ceba	Mongetes blanques guisades amb verdures	Mandonguilles de vedella a la jardineria	Truita de patata i carbassó
Amb amanida d'enciam i tomàquet	Amb amanida d'enciam i pastanaga	Amb amanida	Amb tomàquet al forn	Amb amanida d'enciam i pastanaga
Fruita i pa	Fruita i pa	Fruita i pa	logurt natural la fageda i pa	Fruita i pa
02	03	04	05	06



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.

02 Convivència

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

03 Sostenibilitat

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

04 Joc

Aprendre jugant 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



Pasta/Arròs



Verdura



Llegums



Verdura



Pasta/Arròs



SEGONS PLATS



Si a l'escola el segon plat
era...



Ou



Carn



Peix



Peix



Ou



Carn



Llegums



Peix



Ou



Carn



Ou



Peix



Fruita



Lacti