



	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOURS 3	DIVENDRES 4
	Llenties guisades amb verdures Filet de sorell arrebossat amb amanida Fruita	Verdura del temps Hamburguesa de pollastre al forn amb pastanaga ratllada Fruita	Sopa de peix amb arròs Ous durs amb beixamel i amanida logurt natural sense sucre	Crema de carbassa i formatge Fideus a la cassola Fruita
	Verdura del temps Trita a la francesa amb amanida Fruita	Cuscús amb verduretes Peix blanc a la planxa amb amanida Fruita	Puré de patata Pollastre al forn amb xampinyons Fruita	Arròs amb tomàquet Croquetes casolanes amb amanida Làctic
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOURS 10	DIVENDRES 11
Mongetes seques guisades amb verdures Trita d'espínacs amb amanida Fruita	Espirals integrals amb salsa de xampinyons Daus de gall dindi rostits amb amanida Fruita	Arròs tres delícies (ou, pastanaga, pèsol) Estofat de vedella amb xips de verdura naturals Batut de fruita natural	Verdura del temps Espaguetis de llenties a la napolitana Fruita	Patates guisades amb verdures Peix fresc i de proximitat amb amanida Fruita
Crema de porros Falafel de llegum amb amanida Làctic	Verdura del temps Peix blau amb amanida Fruita	Brou vegetal Remenat d'ous amb verdures Fruita	Arròs amb verduretes Bistec de vedella a la planxa Fruita	Pasta a la napolitana Conill al forn Fruita
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOURS 17	DIVENDRES 18
Llenties guisades amb verdures Escalopa de gall dindi amb amanida Fruita	Arròs amb tomàquet Trita de patata amb amanida Fruita	Crema de verdura amb crostons Botifarra de porc al forn amb mongetes seques Fruita	Sopa de pollastre amb galets Filet de fogoner al forn amb amanida logurt natural sense sucre	Verdura del temps Cigrons guisats amb verdures Fruita
Minestra de verdura Peix blanc amb amanida Fruita	Pèsols amb patata Gall dindi a la planxa Làctic	Crema de carbassa Crestes casolanes de tonyina Fruita	Verdures a la planxa Trita de formatge amb amanida Fruita	Amanida Pizza casolana Fruita
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOURS 24	DIVENDRES 25
Llenties guisades amb verdures Filet de lluç al forn amb pastanaga ratllada Fruita	Macarrons amb salsa de porros Hamburguesa de vedella al forn amb amanida Fruita	Minestra de verdura Cigrons guisats amb cuscús Fruita	Arròs amb verduretes Pit de pollastre amb salsa de formatge Fruita	Crema de mongeta seca i pastanaga Ous durs amb tomàquet i amanida Batut de fruita natural
Verdura del temps Trita de patata amb amanida Fruita	Crema de pastanaga Gall dindi al forn amb amanida Làctic	Sopa de fideus Peix blanc amb amanida Fruita	Verdura del temps Conill a la planxa amb amanida Fruita	Cuscús amb verduretes Hamburguesa de llenties amb amanida Fruita
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOURS 31	DIVENDRES 1
Espaguetis amb tomàquet i formatge ratllat Filet d'abadejo al forn amb amanida Fruita	Arròs integral amb tomàquet Pernilets de pollastre a l'allet amb amanida logurt natural sense sucre	Cigrons guisats amb verdures Trita paisana amb pastanaga ratllada Fruita	Crema de carbassa i taronja Espirals amb tomàquet i tofu Fruita	Mongetes seques Salsitxes de porc al forn amb tomàquet Fruita
Pèsols amb patata Llom a la planxa amb amanida Fruita	Brou vegetal Peix blau amb amanida Fruita	Espinacs amb patata Gall dindi a la planxa amb amanida Fruita	Amanida Arròs amb verdures i ou dur Fruita	Bledes saltades Pollastre al forn amb amanida Làctic

MENJADORS escolars

+sany +sostenibles

El servei de menjador està adherit al projecte Menjadors més sans i sostenibles, una iniciativa de l'Agència de Salut Pública, que promou una alimentació infantil més equilibrada, saludable i sostenible. Oferim menús escolars amb menys proteïna animal i més fruita, verdura i llegums. Fem de la nostra escola un entorn més sa i sostenible!

Són productes ecològics certificats, de proximitat i temporada: Totes les verdures, hortalisses, fruites, vedella, porc (excepte els llibrets), iogurt, tomàquet conserva, pasta, arròs, farina, llentia, cigró, sucre, llet, oli d'oliva verge extra, oli de gira-sol alt oleic i sal. **Aquest mes gaudirem de** espinac, pastanaga, poma, pera. La varietat de peix fresc serà segons mercat: Maira, lluç... El iogurt és sense sucre i a doll (format gran). 2 cops al mes de pasta i arròs integral ecològic. 2 cops a la setmana pa integral. Proteïna vegetal als segons plats. Inclou el pa diari. Aquest menú ha estat supervisat pel Departament de Nutrició i Bromatologia de Laboratoris Miralles. Responsable Tècnic: Pere Miralles i Curto. Llicenciat en Farmàcia i en Ciència i Tecnologia dels Aliments. No de col·legiat 7255.