

DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
Mongetes seques guisades amb verdures Filet de lluç al forn amb amanida Fruita	Arròs integral amb tomàquet Truita de formatge amb pastanaga ratllada Fruita	Verdura del temps Llenties guisades amb verdures Fruita	Sopa de peix amb fideus Daus de pollastre rostits amb puré de patata Fruita	Crema de verdures Pizza vegetal Amanida iogurt natural sense sucre
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
FESTA	Macarrons integrals amb salsa de xampinyons Hamburguesa vegetal al forn amb amanida Fruita	Arròs amb verduretes Filet de fogoner al forn amb amanida Batut de fruita natural	Cigrons guisats amb Verdures Ous durs amb tomàquet i pastanaga ratllada Fruita	Crema de pastanaga i poma amb crostons Daus de gall dindi amb cuscús Fruita
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 29
Espaguetis integrals amb salsa de porros Filet de lluç al forn amb amanida Fruita	Minestra de verdura Mongetes seques guisades amb verdures Fruita	Patates guisades amb verdures Pernilets de pollastre al forn amb amanida Fruita	Llenties guisades amb verdures Truita d'espàrrecs amb amanida Fruita	Arròs amb tomàquet Hamburguesa de vedella al forn amb tall de formatge iogurt natural sense sucre

### MENJADORS escolars

+sans +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 porro, espàrrec, ceba tendre i maduixa.** 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.

