

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
Arròs amb tomàquet Filet de lluç al forn amb all i julivert i amanida Fruita	Verdura del temps Daus de gall dindi rostits amb amanida Fruita	Espaguetis integrals amb salsa de xampinyons Ous durs amb tomàquet i pastanaga ratllada Fruita	Llenties guisades amb verdures Hamburguesa vegetal al forn amb tall de formatge Fruita	Crema de verdures Cuscús amb pollastre i verduretes iogurt natural sense sucre
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
Macarrons a la napolitana Truita paisana amb amanida Fruita	Verdura del temps Cigrons guisats amb verdures Fruita	Arròs integral tres delícies (ou, pastanaga, pèsol) Pernilets de pollastre al forn amb amanida Fruita	Llenties guisades amb verdures Filet de bròtola al forn amb amanida Batut de fruita natural	Crema de verdures amb crostons Espirals amb bolonyesa vegetal Fruita
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
Mongetes seques guisades amb verdures Truita d'allis tendres amb amanida Fruita	Crema de carbassó Escalopa de gall dindi amb pastanaga ratllada Fruita	Amanida d'arròs Hamburguesa de vedella al forn amb tomàquet i amanida Fruita	Verdura del temps Espaguetis de llenties a la napolitana iogurt natural sense sucre	Macarrons integrals amb salsa de formatge Peix fresc i de proximitat amb amanida Fruita
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
Amanida de pasta Daus de pollastre guisats amb poma Fruita	Minestra de verdura Llenties guisades amb verdures Fruita	Arròs integral amb tomàquet Filet de lluç al forn amb amanida Batut de fruita natural	Cigrons guisats amb verdures Truita de patata amb amanida Fruita	Crema de verdura Pizza casolana sense pernil dolç Amanida Fruita
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
Espaguetis amb salsa de porros Filet de fogoner al forn amb amanida Fruita	Verdura del temps Truita de carbassó amb amanida Fruita			

Són productes ecològics certificats, de proximitat i temporada: Totes les verdures, hortalisses, fruites, vedella, porc (excepte els llibrets), iogurt, tomàquet conserva, pasta, arròs, farina, lletia, cigró, sucre, llet, oli d'oliva verge extra, oli de gira-sol alt oleic i sal. **Aquest mes gaudirem de cirera, carbassó, bròquil. 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.

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!

L'única talla
que *realment*
+ importa
és la del
COR

