

DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Arròs amb tomàquet Hamburguesa vegetal al forn amb tall de formatge Gelats	Empedrat de mongeta seca s/ tonyina Truita paisana amb pastanaga ratllada Fruita	Amanida de pasta Tofu al forn amb tomàquet natural Fruita	Cigrons guisats amb verdures Truita de carbassó amb amanida Fruita	Minestra de verdura Macarrons amb bolonyesa vegetal Fruita
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Espaguetis amb verduretes Ous durs al forn amb tomàquet i pastanaga ratllada Fruita	Verdura del temps Cigrons guisats amb cuscús logurt natural s/ sucre	Amanida d'arròs Daus de tofu guisats amb samfaina Fruita	Llenties guisades amb verdures Hamburguesa vegetal amb amanida Fruita	Amanida russa s/tonyina Truita de formatge amb tomàquet natural Fruita
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Mongetes seques guisades amb verdures Hamburguesa vegetal al forn amb salsa de tomàquet Fruita	Arròs amb verduretes Truita de xampinyons amb amanida Fruita	Amanida de patata Croquetes de llegum i verdures amb pastanaga ratllada Batut de fruita natural	Macarrons integrals a la napolitana Ous durs amb amanida Fruita	Crema de carbassa i carbassó Pizza vegetal Fruita
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
FESTA	Arròs integral amb tomàquet Tofu al forn i amanida Fruita	Mongetes seques guisades amb verdures Ous durs al forn amb beixamel Fruita	Verdura del temps Amanida de llenties Fruita	Espirals amb salsa de formatge Truita paisana logurt natural s/ 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, lletia, cigró, sucre, llet, oli d'oliva verge extra, oli de gira-sol alt oleic i sal. Aquest mes gaudirem de mongeta tendre, carbassó, cogombre, tomàquet, pruna, meló, síndria, figa. La varietat de peix fresc serà segons mercat: Maira, lluç... El iogurt es a doll (format gran). 1 cop al mes iogurt sense sucre, pasta i arròs integral ecològic. 1 cop 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. A

