

DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Arròs amb tomàquet Hamburguesa de vedella al forn amb tall de formatge Gelats	Empedrat de mongeta seca Filet de lluç al forn amb pastanaga ratllada Fruita	Amanida de pasta Pernillets de pollastre al forn amb tomàquet natural Fruita	Cigrons guisats amb verdures Trita de carbassó amb amanida Fruita	Minestra de verdura Macarrons amb bolonyesa vegetal Fruita
Verdura del temps Pit de pollastre a la planxa amb amanida Fruita	Brou vegetal Ous durs amb beixamel Fruita	Crema de verdures Gall dindi arrebossat amb amanida Fruita	Falafel de llentia amb verdures Làctic	Pèsols amb patates Peix blau al forn Fruita
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Espaguetis amb verdures Ous durs al forn amb tomàquet i pastanaga ratllada Fruita	Verdura del temps Cigrons guisats amb cuscús Iogurt natural s/sucre	Amanida d'arròs Daus de gall dindi guisats amb samfaina Fruita	Llenties guisades amb verdures Filet de maira a l'andalusa amb amanida Fruita	Amanida russa Botifarra de porc al forn amb tomàquet natural Fruita
Purè de patata amb crostons Peix blanc amb amanida Fruita	Croquetes de pernil amb amanida i cuscús Fruita	Pasta amb orenga Llom a la planxa amb amanida Fruita	Verdura del temps Trita a la francesa amb amanida Fruita	Arròs amb conill i verdures Làctic
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 verdures Trita de xampinyons amb amanida Fruita	Amanida de patata Pit de pollastre arrebossat amb pastanaga ratllada Batut de fruita natural	Macarrons integrals a la napolitana Filet de fogoner al forn amb amanida Fruita	Crema de carbassa i carbassó Pizza de carn de vedella i formatge Fruita
Sopa de peix Xai a la planxa amb patata al caliu Fruita	Verdura del temps Crestes de tonyina casolanes Fruita	Llenties guisades amb costella i verdures Fruita	Arròs blanc Ous durs amb tomàquet Làctic	Mongetes seques guisades amb verdures Peix blau fregit amb amanida Fruita
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
FESTA	Arròs integral amb tomàquet Filet de lluç amb llimona al forn i amanida Fruita	Mongetes seques guisades amb verdures Ous durs al forn amb beixamel Fruita	Verdura del temps Escalopa de gall dindi amb amanida Fruita	Espirals amb salsa de formatge Estofat de vedella a la jardinera Iogurt natural s/sucre
Minestra de verdura Botifarra de porc al forn amb amanida Fruita	Brou vegetal amb arròs Peix blanc al forn amb amanida Fruita	Patates guisades amb verdures Fruita	Wok de pasta amb pollastre saltat Làctic	Remenat d'ous i xampinyons amb torrades Fruita

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** bleda, col, ravenet, remolatxa, poma, pera. La varietat de peix fresc serà segons mercat: Maira, lluç... El iogurt es sense sucre i a doll (format gran). 1 cop al mes 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. A

