

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES


 happy
2025

08

Espaguetis amb salsa de tomàquet
 Filet de pollastre al forn
 Amanida d'enciam i olives
 Fruita fresca

09

Crema de verdures
 Mandonguilles de porc a la jardinera
 Albergínia al forn
 Fruita fresca

10

Arròs melós de verdures
 Ragut d'au a la jardinera
 Patates al vapor
 Fruita fresca

13

Pèsols a la francesa
 Filet de pollastre rostit
 Mongetes seques
 Fruita fresca

14

Arròs saltejat amb carbassó
 Lluç amb all i julivert
 Amanida d'enciam i blat de moro
 Fruita fresca

15

Escudella
 Llom de porc rostit amb mel i llorer
 Amanida d'enciam i pastanaga
 Fruita fresca

16

Crema de pastanaga
 Truita de pernil dolç
 Carbassó al forn
 Fruita fresca

17

Llenties a la jardinera
 Aletes de pollastre rostides
 Patates fregides
 Fruita fresca

L'enciam que s'utilitza per realitzar les amanides és de Km 0.

DILLUNS

20

Crema de verdures
 Cuixetes de pollastre amb picada d'all
 Amanida d'enciam i blat de moro
 Fruita fresca

DIMARTS

21

Fideuada vegetal
 Hamburguesa d'au la planxa amb ceba confitada
 Amanida de tomàquet
 Fruita fresca

DIMECRES

22

Cigrons estofats amb verdures
 Filet de limanda a l'Orly
 Pebrots verds fregits
 Fruita fresca

DIJOUS

23

Arròs amb tomàquet
 Escalopes de porc a la planxa
 Tomàquet a la provençal
 Fruita fresca

DIVENDRES

24

Estofat de patates amb verdures de temporada
 Remenat de pernil dolç i xampinyó
 Carbassó al forn
 Fruita fresca

27

Sopa d'au
 Tritada de pernil dolç
 Carbassó al forn
 Fruita fresca

28

Arròs melós amb verdures de l'hort
 Llom de porc rostit
 Verdurettes al vapor
 Fruita fresca

29

Macarrons integrals amb salsa de tomàquet
 Bacallà amb picada
 Amanida d'enciam i olives
 Fruita fresca

30

Mongetes blanques estofades
 Escalopes de porc a la planxa
 Amanida d'enciam i cogombre
 Fruita fresca

31

Crema de carbassa i porro
 Estofat de pollastre tradicional
 Amanida d'enciam i pastanaga
 Fruita fresca

50%
 VITAMINES
 I MINERALS
 Verdures,
 cuinades



25%
 PROTEINA
 Llegum, peix,
 carn, ou

25%
 HIDRATS
 DE CARBONI
 Patates, pasta, arròs

Si has menjat:	Hauries de sopar:
VERDURES CUINADES	HORTALISSES CRUES EN AMANIDA
HORTALISSES CRUES EN AMANIDA	VERDURES CUINADES
LLEGUM	CARN / PEIX / OUS
CARN	PEIX / OUS / LEGUMES
PEIX	CARN / OUS / LEGUMES
OUS	PEIX / CARN / LEGUMES
PATATES	PASTA / ARRÓS
PASTA / ARRÓS	PATATES

Com podem
 introduir els infants
 en la cuina?

Descobreix-ho amb el nostre
 Xef Executiu Pepe Rodríguez!



Aigua Fruita