

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

31

Crema de verdures
Ragut de vedella
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita fresca

1

Fideuada s/g vegetal
Truita francesa
Amanida de tomàquet
logurt

2

Arròs amb tomàquet
Hamburguesa mixta a la planxa amb
Ceba confitada
Pebrots verds fregits
Fruita fresca

3

Cigrons estofats amb verdures
Tomàquet a le provençal
Fruita fresca

4

Estofat de patates amb verdures de
temporada
Filet de limanda en tempura s/g
Carbassó al forn
Fruita fresca

7

Sopa de fideus s/g
Truita de pernil dolç
Carbassó al forn
Fruita fresca

8

Pasta s/g amb salsa de tomàquet
Bacallà amb picada
Bufet d'amanides
logurt

9

Arròs caldós amb verdures
Croquetes de pernil dolç
Verdures al vapor
Fruita fresca

10

Mongetes blanques estofades
Botifarra de porc amb ceba confitada
Bufet d'amanides
Fruita fresca

11

Crema de carbassa i porro
Estofat de Gall Dindi tradicional
Bufet d'amanides
Fruita fresca

14

15

16

17

18



"En este centro utilizamos para cocinar aceite de girasol alto oleico y para aliñar nuestras ensaladas aceite de oliva virgen extra.
Todos nuestros platos están sazonados con sal yodada.
Las frutas de temporada de nuestro menú este mes son: sandía, melón, pera, fresa, piña y mango.
Todos los miércoles y viernes tendremos pan integral."

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

21



22

Mongeta tendrà ofegada amb pernil dolç
Truita de patata
Bufet d'amanides
Fruita fresca

23

Sopa de fideus s/g
Llibret cervantino de l'om amb formatge
Bufet d'amanides
Pastissos assortits

24

Crema de carbassó
Mandonguilles guisades s/g
Bufet d'amanides
Fruita fresca

25

Bròquil amb bacon
Mongeta blanca estofada estil tradicional
Daus de patata
Fruita fresca

28

Pasta s/g saltejats
Salsitxes de porc al forn amb salsa de tomàquet casolana
Patata rostida amb farigola i orenga
Fruita fresca

29

Llenties guisades amb verdures
Truita de pernil dolç
Carbassó al forn
logurt

30

Crema de pastanaga
Filet de limanda a l'Orly s/g
Bufet d'amanides
Fruita fresca

1



2

50%
VITAMINES
I MINERALS
Verdures,
cuinades



25%
PROTEINA
Llegum, peix,
carn, ou

25%
HIDRATS
DE CARBONI
Patates, pasta, arròs

Si has menjat:

VERDURES CUINADES
HORTALISSES CRUES EN AMANIDA
LLEGUM
CARN
PEIX
OUS
PATATES
PASTA / ARRÒS

Hauries de sopar:

HORTALISSES CRUES EN AMANIDA
VERDURES CUINADES
CARN / PEIX / OUS
PEIX / OUS / LEGUMES
CARN / OUS / LEGUMES
PEIX / CARN / LEGUMES
PASTA / ARRÒS
PATATES

Fomentem la

**FORMACIÓ
NUTRICIONAL**
dels alumnes

Descobreix amb el nostre Xef Executiu, **Pepe Rodríguez**, quines activitats duem a terme en els menjadors per fomentar una alimentació saludable i sostenible:



Aigua Fruita