

## Menú SEMITRITURADO

ENERO 2026

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
05 Semitriturado de lentejas con verduras Semitriturado de carne con tomate 0 Fruta triturada /	06 Crema de zanahoria Semitriturado de lomo con verduras 0 Fruta triturada /	07 Semitriturado de sémola de trigo con verduras Semitriturado de carne con tomate 0 Fruta triturada /	08 Semitriturado de garbanzos con verduras Semitriturado de pollo con verduras 0 Fruta triturada /	09 Semitriturado de sémola de arroz con verduras Semitriturado de pescado con tomate 0 Fruta triturada /
12 Semitriturado de lentejas con verduras Semitriturado de carne con tomate 0 Fruta triturada /	13 Crema de zanahoria Semitriturado de lomo con verduras 0 Fruta triturada /	14 Semitriturado de garbanzos con verduras Semitriturado de huevo con verduras 0 Fruta triturada /	15 <b>Semitriturado de sémola de arroz con verduras</b> Semitriturado de pescado con tomate 0 Fruta triturada /	16 Semitriturado de sémola de trigo con verduras Semitriturado de legumbres con verduras 0 Fruta triturada /
19 Crema de verduras Semitriturado de carne con verduras 0 Fruta triturada /	20 Semitriturado de lentejas con verduras Semitriturado de pollo con verduras 0 Fruta triturada /	21 Semitriturado de sémola de trigo con verduras Semitriturado de pescado con verduras 0 Fruta triturada /	22 Semitriturado de sémola de trigo con verduras Semitriturado de legumbres con tomate 0 Fruta triturada /	23 Semitriturado de sémola de arroz con carne Semitriturado de huevo con verduras 0 Fruta triturada /
26 Crema de calabaza Semitriturado de lomo con verduras 0 Fruta triturada /	27 Semitriturado de sémola de trigo con tomate Semitriturado de pescado con verduras 0 Fruta triturada /	28 Semitriturado de alubias con verduras Semitriturado de huevo con verduras 0 Fruta triturada /	29 Semitriturado de sémola de arroz con tomate Semitriturado de pescado con verduras 0 Fruta triturada /	30 Semitriturado de garbanzos con verduras Semitriturado de pescado con verduras 0 Fruta triturada /
02 	03 	ESTE MES, EN NUESTRO PROYECTO EDUCATIVO "UN MUNDO LLENO DE SABOR": VIAJAREMOS A COREA DEL SUR E INDIA 	05 	06 

# La ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida més saludable, inclusiva i sostenible

## 01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprendem hàbits saludables per a tota la vida.



## 02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprendem a conviure, respectar i celebrar la diversitat.



## 04 Joc

Aprendre jugant és més divertit! El migdia és el nostre moment per riure i descobrir junts.



## RECOMANADOR DE SOPARS

### PRIMERS PLATS



Si a l'escola el primer plat era...

- |             |   |             |
|-------------|---|-------------|
| Verdura     | > | Pasta/Arròs |
| Pasta/Arròs | > | Verdura     |
| Llegums     | > | Verdura     |
|             |   | Pasta/Arròs |

Per sopar pot ser...



### SEGONS PLATS



Si a l'escola el segon plat era...

- |         |   |      |   |      |
|---------|---|------|---|------|
| Ou      | > | Carn | > | Peix |
| Peix    | > | Ou   | > | Carn |
| Llegums | > | Peix | > | Ou   |
| Carn    | > | Ou   | > | Peix |
|         |   |      |   |      |

Per sopar pot ser...

