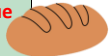


DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
30	31	01	02	03
<p>* 1 vegada a la setmana se servirà iogurt natural com a postres. Els dies restants, se servirà fruita de temporada (poma, plàtan/banana, pera i maduixot), depenent de la disponibilitat, garantint en tot moment que es tracte de fruita fresca.</p> <p>* Totes les setmanes se servirà pa blanc, i com a mínim, 2 dies de pa integral.</p> <p><b>*En les dietes es revisarà l'etiquetatge de tots els productes per assegurar que siguin lliures dels al·lèrgens necessaris.</b></p>		<p><b>MENÚ DE PASQUA</b></p> <p>Amanida completa (encisam, tomaca, dacsca, carlota, olives, ou, tonyina)</p> <p>Arròs al forn amb cigrons</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>
06	07	08	09	10
<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>
13	14	15	16	17
<p>Espaguetis integrals al pomodoro (amb salsa de tomaca)</p> <p>Tosta de tonyina i tomaca</p> <p>Xampinyons saltats</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Crema de carabasseta</p> <p>Lluç amb salsa verda</p> <p>Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Llenties amb verdures</p> <p>Truita de creïlla</p> <p>Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vinagreta</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Arròs caldós de l'horta (amb verdures)</p> <p>Hummus de cigrons (sense sèsam) amb pa torrat</p> <p>Amanida d'encisam, dacsca i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Potatge de cigrons a la mediterrània</p> <p>Pollastre marinat a la llima i romer</p> <p>Amanida d'encisam, carlota i ceba cruixent</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>
20	21	22	23	24
<p>Olla de llenties amb verdures</p> <p>Remenat d'ou</p> <p>Xampinyons saltats</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Macarrons integrals a la napolitana</p> <p>Limanda en tempura casolana</p> <p>Amanida d'encisam, carlota i ou</p> <p>logurt natural amb canella i pa</p>	<p>Fesols estofats amb verdures</p> <p>Pollastre al forn</p> <p>Bròcoli saltat</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Arròs amb salsa de tomaca a la provençal</p> <p>Hummus de cigrons (sense sèsam) amb pa torrat</p> <p>Amanida d'encisam, tomaca i olives</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Crema de verdures de temporada amb tostons casolans</p> <p>Llonganisses al forn</p> <p>Creïlla panadera al forn</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>
27	28	29	30	01
<p>Arròs integral caldós de peix</p> <p>Truita francesa</p> <p>Amanida d'encisam, col, carlota i poma</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Guisat de creïlla i verdura</p> <p>Rap en salsa de salsa de tomaca</p> <p>Carlota saltada</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p><b>JORNADA EUA</b></p> <p>Crema de llegums eco i hortalisses de temporada</p> <p><b>Hamburguesa amb formatge</b></p> <p>Creïlles fregides</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Sopa de putxero amb fideus</p> <p>Pollastre sofregit a l'all</p> <p>Amanida d'encisam, dacsca i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p><b>ESTE MES, EN EL NOSTRE PROJECTE EDUCATIU "UN MÓN PLE DE SABOR" VIATJAREM A: els EUA</b></p>



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
30	31	01	02	03
<p>* 1 vegada a la setmana se servirà iogurt natural com a postres. Els dies restants, se servirà fruita de temporada (poma, plàtan/banana, pera i maduixot), depenent de la disponibilitat, garantint en tot moment que es tracte de fruita fresca. * Totes les setmanes se servirà pa blanc, i com a mínim, 2 dies de pa integral. <b>*En les dietes es revisarà l'etiquetatge de tots els productes per assegurar que siguin lliures dels al·lèrgens necessaris.</b></p>		<p><b>MENÚ DE PASQUA</b> Amanida completa (encisam, tomaca, dacsca, carlota, olives, ou, tonyina) Arròs al forn amb cigrons Fruita de temporada i pa</p>	<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>
06	07	08	09	10
<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>
13	14	15	16	17
<p>Espaguetis integrals al pomodoro (amb salsa de tomaca) Croquetes de pernil Xampinyons saltats Fruita de temporada i pa</p>	<p>Crema de carabasseta Lluç amb salsa verda Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs Fruita de temporada i pa</p>	<p>Llenties amb verdures Truita de creïlla Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vinagreta Fruita de temporada i pa</p>	<p>Arròs caldós de l'horta (amb verdures) Fajitas de bolonyesa vegetal Amanida d'encisam, dacsca i remolatxa Fruita de temporada i pa</p>	<p>Potatge de cigrons a la mediterrània Pollastre marinat a la llima i romer Amanida d'encisam, carlota i ceba cruixent Fruita de temporada i pa</p>
20	21	22	23	24
<p>Olla de llenties amb verdures Remenat d'ou Xampinyons saltats Fruita de temporada i pa</p>	<p>Macarrons integrals a la carbonara vegetal (amb soja texturitzada) Limanda en tempura casolana Amanida d'encisam, carlota i ou iogurt natural amb canella i pa</p>	<p>Fesols estofats amb verdures Pollastre al forn Bròcoli saltat Fruita de temporada i pa</p>	<p>Arròs amb salsa de tomaca a la provençal Bastonets de pa amb hummus de cigrons Amanida d'encisam, tomaca i olives Fruita de temporada i pa</p>	<p>Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Llonganisses al forn Creïlla panadera al forn Fruita de temporada i pa</p>
27	28	29	30	01
<p>Arròs integral caldós de peix Truita francesa Amanida d'encisam, col, carlota i poma Fruita de temporada i pa</p>	<p>Guisat de creïlla i verdura Rap en salsa de salsa de tomaca Carlota saltada Fruita de temporada i pa</p>	<p><b>JORNADA EUA</b> Crema de llegums eco i hortalisses de temporada <b>Hamburguesa mixta completa (pa, formatge, tomaca, encisam)</b> Creïlles fregides Fruita de temporada i pa</p>	<p>Sopa de putxero amb fideus Pollastre sofregit a l'all Amanida d'encisam, dacsca i remolatxa Fruita de temporada i pa</p>	<p><b>ESTE MES, EN EL NOSTRE PROJECTE EDUCATIU "UN MÓN PLE DE SABOR" VIATJAREM A: els EUA</b></p>

# 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! Aprenem hàbits saludables per a tota la vida.

## 03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir cura del planeta amb cada mos.

## 02 Convivència

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

## 04 Joc

Aprenre 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...		🏠 Per sopar pot ser...	
	>		
Verdura		Pasta/Arros	
	>		
Pasta/Arros		Verdura	
	>		
Llegums		Verdura	Pasta/Arros

### SEGONS PLATS




☀️ 📖 Si a l'escola el segon plat era...		🏠 Per sopar pot ser...	
	>		
Ou		carn	Peix
	>		
Peix		Ou	carn
	>		
Llegums		Verdura	Ou
	>		
carn		Ou	Peix

		
Fruita		lacti

DILLUNS 30	DIMARTS 31	DIMECRES MENÚ DE PASQUA	DIJOUS 02	DIVENDRES 03
<p>* 1 vegada a la setmana se servirà iogurt natural com a postres. Els dies restants, se servirà fruita de temporada (poma, plàtan/banana, pera i maduixot), depenent de la disponibilitat, garantint en tot moment que es tracte de fruita fresca. * Totes les setmanes se servirà pa blanc, i com a mínim, 2 dies de pa integral. * En les dietes es revisarà l'etiquetatge de tots els productes per assegurar que siguin lliures dels al·lèrgens necessaris. * Es serviràn les fruites ben pelades i rentades.</p> 		<p>Amanida completa (encisam, tomaca, dacsca, carlota, olives, ou, tonyina)  Arròs al forn amb cigrons    Fruita de temporada i pa</p>	<b>FESTIU</b>	<b>FESTIU</b>
<b>FESTIU</b>	<b>FESTIU</b>	<b>FESTIU</b>	<b>FESTIU</b>	<b>FESTIU</b>
<p>13 Espaguetis integrals al pomodoro (amb salsa de tomaca) Tosta de tonyina i tomaca Xampinyons saltats Fruita de temporada i pa</p>	<p>14 Crema de carabasseta Lluç amb salsa verda Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs Fruita de temporada i pa</p>	<p>15 Llenties amb verdures Truita de creïlla Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vinagreta Fruita de temporada i pa</p>	<p>16 Arròs caldós de l'horta (amb verdures) Hummus de cigrons (sense sèsam) amb pa torrat Amanida d'encisam, dacsca i remolatxa Fruita de temporada i pa</p>	<p>17 Potatge de cigrons a la mediterrània Pollastre marinat a la llima i romer Amanida d'encisam, carlota i ceba cruixent Fruita de temporada i pa</p>
<p>20 Olla de llenties amb verdures Remenat d'ou Xampinyons saltats Fruita de temporada i pa</p>	<p>21 Macarrons integrals a la napolitana Limanda en tempura casolana Amanida d'encisam, carlota i ou iogurt natural amb canella i pa</p>	<p>22 Fesols estofats amb verdures Pollastre al forn Bròcoli saltat Fruita de temporada i pa</p>	<p>23 Arròs amb salsa de tomaca a la provençal Hummus de cigrons (sense sèsam) amb pa torrat Amanida d'encisam, tomaca i olives Fruita de temporada i pa</p>	<p>24 Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Llonganisses al forn Creïlla panadera al forn Fruita de temporada i pa</p>
<p>27 Arròs integral caldós de peix Truita francesa Amanida d'encisam, col, carlota i poma Fruita de temporada i pa</p>	<p>28 Guisat de creïlla i verdura Rap en salsa de salsa de tomaca Carlota saltada Fruita de temporada i pa</p> 	<p><b>JORNADA EUA</b> Crema de llegums eco i hortalisses de temporada <b>Hamburguesa amb formatge</b> Creïlles fregides Fruita de temporada i pa</p> 	<p>30 Sopa de putxero amb fideus Pollastre sofregit a l'all Amanida d'encisam, dacsca i remolatxa Fruita de temporada i pa</p>	<p>01 <b>ESTE MES, EN EL NOSTRE PROJECTE EDUCATIU "UN MÓN PLE DE SABOR" VIATJAREM A: els EUA</b></p> 

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
30	31	01	02	03
<p>* 1 vegada a la setmana se servirà iogurt natural com a postres. Els dies restants, se servirà fruita de temporada (poma, plàtan/banana, pera i maduixot), depenent de la disponibilitat, garantint en tot moment que es tracte de fruita fresca.</p> <p>* Totes les setmanes se servirà pa blanc, i com a mínim, 2 dies de pa integral.</p> <p><b>*En les dietes es revisarà l'etiquetatge de tots els productes per assegurar que siguin lliures dels al·lèrgens necessaris.</b></p>		<p><b>MENÚ DE PASQUA</b></p> <p>Amanida completa (encisam, tomaca, dacsca, carlota, olives, ou, tonyina)</p> <p>Arròs al forn amb cigrons</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>
06	07	08	09	10
<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>
13	14	15	16	17
<p>Espaguetis integrals al pomodoro (amb salsa de tomaca)</p> <p>Tosta de tonyina i tomaca</p> <p>Xampinyons saltats</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Crema de carabasseta</p> <p>Lluç amb salsa verda</p> <p>Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Llenties amb verdures</p> <p>Truita de creïlla</p> <p>Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vinagreta</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Arròs caldós de l'horta (amb verdures)</p> <p>Hummus de cigrons (sense sèsam) amb pa torrat</p> <p>Amanida d'encisam, dacsca i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Potatge de cigrons a la mediterrània</p> <p>Pollastre marinat a la llima i romer</p> <p>Amanida d'encisam, carlota i ceba cruixent</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>
20	21	22	23	24
<p>Olla de llenties amb verdures</p> <p>Remenat d'ou</p> <p>Xampinyons saltats</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Macarrons integrals a la napolitana</p> <p>Limanda en tempura casolana</p> <p>Amanida d'encisam, carlota i ou</p> <p>Iogurt natural amb canella i pa</p>	<p>Fesols estofats amb verdures</p> <p>Pollastre al forn</p> <p>Bròcoli saltat</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Arròs amb salsa de tomaca a la provençal</p> <p>Hummus de cigrons (sense sèsam) amb pa torrat</p> <p>Amanida d'encisam, tomaca i olives</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Crema de verdures de temporada amb tostons casolans</p> <p>Llonganisses al forn</p> <p>Creïlla panadera al forn</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>
27	28	29	30	01
<p>Arròs integral caldós de peix</p> <p>Truita francesa</p> <p>Amanida d'encisam, col, carlota i poma</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Guisat de creïlla i verdura</p> <p>Rap en salsa de salsa de tomaca</p> <p>Carlota saltada</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p><b>JORNADA EUA</b></p> <p>Crema de llegums eco i hortalisses de temporada</p> <p><b>Hamburguesa amb formatge</b></p> <p>Creïlles fregides</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Sopa de putxero amb fideus</p> <p>Pollastre sofregit a l'all</p> <p>Amanida d'encisam, dacsca i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p><b>ESTE MES, EN EL NOSTRE PROJECTE EDUCATIU "UN MÓN PLE DE SABOR" VIATJAREM A: els EUA</b></p>



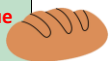
DILLUNS 30	DIMARTS 31	DIMECRES MENÚ DE PASQUA	DIJOUS 02	DIVENDRES 03
<p>* 1 vegada a la setmana se servirà iogurt natural com a postres. Els dies restants, se servirà fruita de temporada (poma, plàtan/banana, pera i maduixot), depenent de la disponibilitat, garantint en tot moment que es tracte de fruita fresca. * Totes les setmanes se servirà pa blanc, i com a mínim, 2 dies de pa integral. <b>*En les dietes es revisarà l'etiquetatge de tots els productes per assegurar que siguin lliures dels al·lèrgens necessaris.</b></p> 		<p>Amanida completa (encisam, tomaca, dacsca, carlota, olives, ou, tonyina)</p> <p>Arròs al forn amb cigrons</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<b>FESTIU</b>	<b>FESTIU</b>
<b>FESTIU</b>	<b>FESTIU</b>	<b>FESTIU</b>	<b>FESTIU</b>	<b>FESTIU</b>
<p>13</p> <p>Espaguetis integrals al pomodoro (amb salsa de tomaca)</p> <p>Tosta de tonyina i tomaca</p> <p>Xampinyons saltats</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>07</p> <p>Crema de carabasseta</p> <p>Lluç amb salsa verda</p> <p>Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>08</p> <p>Llentilles amb verdures</p> <p>Truita de creïlla</p> <p>Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vinagreta</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>09</p> <p>Arròs caldós de l'horta (amb verdures)</p> <p>Hummus de cigrons (sense sèsam) amb pa torrat</p> <p>Amanida d'encisam, dacsca i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>10</p> <p>Potatge de cigrons a la mediterrània</p> <p>Pollastre marinat a la llima i romer</p> <p>Amanida d'encisam, carlota i ceba cruixent</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>
<p>20</p> <p>Olla de lentilles amb verdures</p> <p>Remenat d'ou</p> <p>Xampinyons saltats</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>21</p> <p>Macarrons integrals a la napolitana</p> <p>Limanda en tempura casolana</p> <p>Amanida d'encisam, carlota i ou</p> <p>iogurt natural amb canella i pa</p>	<p>22</p> <p>Fesols estofats amb verdures</p> <p>Pollastre al forn</p> <p>Bròcoli saltat</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>23</p> <p>Arròs amb salsa de tomaca a la provençal</p> <p>Hummus de cigrons (sense sèsam) amb pa torrat</p> <p>Amanida d'encisam, tomaca i olives</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>17</p> <p>Crema de verdures de temporada amb tostons casolans</p> <p>Llonganisses al forn</p> <p>Creïlla panadera al forn</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>
<p>27</p> <p>Arròs integral caldós de peix</p> <p>Truita francesa</p> <p>Amanida d'encisam, col, carlota i poma</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>28</p> <p>Guisat de creïlla i verdura</p> <p>Rap en salsa de salsa de tomaca</p> <p>Carlota saltada</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p><b>JORNADA EUA</b></p> <p>Crema de llegums eco i hortalisses de temporada</p> <p><b>Hamburguesa amb formatge</b></p> <p>Creïlles fregides</p> <p>Fruita de temporada i pa</p> 	<p>30</p> <p>Sopa de putxero amb fideus</p> <p>Pollastre sofregit a l'all</p> <p>Amanida d'encisam, dacsca i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>01</p> <p><b>ESTE MES, EN EL NOSTRE PROJECTE EDUCATIU "UN MÓN PLE DE SABOR" VIATJAREM A: els EUA</b></p> 

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
30	31	MENÚ DE PASQUA	02	03
<p>* 1 vegada a la setmana se servirà iogurt natural com a postres. Els dies restants, se servirà fruita de temporada (poma, plàtan/banana, pera i maduixot), depenent de la disponibilitat, garantint en tot moment que es tracte de fruita fresca.</p> <p>* Totes les setmanes se servirà pa blanc sense gluten.</p> <p>*En les dietes es revisarà l'etiquetatge de tots els productes per assegurar que siguin lliures dels al·lèrgens necessaris.</p>		<p>Amanida completa (encisam, tomaca, dacsca, carlota, olives, ou, tonyina)</p> <p>Arròs al forn amb cigrons</p> <p>Fruita de temporada i pa sense gluten</p>	<b>FESTIU</b>	<b>FESTIU</b>
06	07	08	09	10
<b>FESTIU</b>	<b>FESTIU</b>	<b>FESTIU</b>	<b>FESTIU</b>	<b>FESTIU</b>
13	14	15	16	17
<p>Pasta sense gluten amb salsa de tomaca</p> <p>Pa torrat sense gluten amb tonyina i tomaca</p> <p>Xampinyons saltats</p> <p>Fruita de temporada i pa sense gluten</p>	<p>Crema de carabasseta</p> <p>Lluç amb salsa verda</p> <p>Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs</p> <p>Fruita de temporada i pa sense gluten</p>	<p>Guisat de creïlla i verdura</p> <p>Truita de creïlla</p> <p>Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vinagreta</p> <p>Fruita de temporada i pa sense gluten</p>	<p>Arròs caldós de l'horta (amb verdures)</p> <p>Pa torrat sense gluten amb hummus de cigrons</p> <p>Amanida d'encisam, dacsca i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada i pa sense gluten</p>	<p>Potatge de cigrons a la mediterrània</p> <p>Pollastre marinat a la llima i romer</p> <p>Amanida d'encisam i carlota</p> <p>Fruita de temporada i pa sense gluten</p>
20	21	22	23	24
<p>Guisat de creïlla i verdura</p> <p>Remenat d'ou</p> <p>Xampinyons saltats</p> <p>Fruita de temporada i pa sense gluten</p>	<p>Pasta sense gluten a la carbonara vegetal (amb soja texturada)</p> <p>Limanda al forn amb salsa verda</p> <p>Amanida d'encisam, carlota i ou</p> <p>iogurt natural amb canella i pa sense gluten</p>	<p>Fesols estofats amb verdures</p> <p>Pollastre al forn</p> <p>Bròcoli saltat</p> <p>Fruita de temporada i pa sense gluten</p>	<p>Arròs amb salsa de tomaca a la provençal</p> <p>Pa torrat sense gluten amb hummus de cigrons</p> <p>Amanida d'encisam, tomaca i olives</p> <p>Fruita de temporada i pa sense gluten</p>	<p>Crema de verdures de temporada</p> <p>Llonganisses al forn</p> <p>Creïlla panadera al forn</p> <p>Fruita de temporada i pa sense gluten</p>
27	28	JORNADA EUA	30	01
<p>Arròs integral caldós de peix</p> <p>Truita francesa</p> <p>Amanida d'encisam, col, carlota i poma</p> <p>Fruita de temporada i pa sense gluten</p>	<p>Guisat de creïlla i verdura</p> <p>Rap en salsa de salsa de tomaca</p> <p>Carlota saltada</p> <p>Fruita de temporada i pa sense gluten</p>	<p>Crema de llegums (sense lletilles) amb hortalisses</p> <p><b>Hamburguesa amb formatge</b></p> <p>Creïlles fregides</p> <p>Fruita de temporada i pa sense gluten</p>	<p>Sopa d'au amb pasta sense gluten</p> <p>Pollastre sofregit a l'all</p> <p>Amanida d'encisam, tomaca i olives</p> <p>Fruita de temporada i pa sense gluten</p>	<p><b>ESTE MES, EN EL NOSTRE PROJECTE EDUCATIU "UN MÓN PLE DE SABOR" VIATJAREM A: els EUA</b></p>

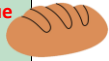


DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
30	31	01	02	03
<p>* 1 vegada a la setmana se servirà iogurt natural com a postres. Els dies restants, se servirà fruita de temporada (poma, plàtan/banana, pera i maduixot), depenent de la disponibilitat, garantint en tot moment que es tracte de fruita fresca. * Totes les setmanes se servirà pa blanc, i com a mínim, 2 dies de pa integral. <b>*En les dietes es revisarà l'etiquetatge de tots els productes per assegurar que siguin lliures dels al·lèrgens necessaris.</b></p>		<p><b>MENÚ DE PASQUA</b> Amanida completa (encisam, tomaca, dacsca, carlota, olives, ou, tonyina) Arròs al forn amb cigrons Fruita de temporada i pa</p>	<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>
06	07	08	09	10
<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>
13	14	15	16	17
<p>Espaguetis integrals al pomodoro (amb salsa de tomaca) Croquetes de pernil Xampinyons saltats Fruita de temporada i pa</p>	<p>Crema de carabasseta Lluç amb salsa verda Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs Fruita de temporada i pa</p>	<p>Llenties amb verdures Truita de creïlla Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vinagreta Fruita de temporada i pa</p>	<p>Arròs caldós de l'horta (amb verdures) Fajitas de bolonyesa vegetal Amanida d'encisam, dacsca i remolatxa Fruita de temporada i pa</p>	<p>Potatge de cigrons a la mediterrània Pollastre marinat a la llima i romer Amanida d'encisam, carlota i ceba cruixent Fruita de temporada i pa</p>
20	21	22	23	24
<p>Olla de llenties amb verdures Remenat d'ou Xampinyons saltats Fruita de temporada i pa</p>	<p>Macarrons integrals a la carbonara vegetal (amb soja texturitzada) Limanda en tempura casolana Amanida d'encisam, carlota i ou iogurt natural amb canella i pa</p>	<p>Fesols estofats amb verdures Pollastre al forn Bròcoli saltat Fruita de temporada i pa</p>	<p>Arròs amb salsa de tomaca a la provençal Bastonets de pa amb hummus de cigrons Amanida d'encisam, tomaca i olives Fruita de temporada i pa</p>	<p>Crema de verdures de temporada amb tostons casolans Llonganisses al forn Creïlla panadera al forn Fruita de temporada i pa</p>
27	28	29	30	01
<p>Arròs integral caldós de peix Truita francesa Amanida d'encisam, col, carlota i poma Fruita de temporada i pa</p>	<p>Guisat de creïlla i verdura Rap en salsa de salsa de tomaca Carlota saltada Fruita de temporada i pa</p>	<p><b>JORNADA EUA</b> Crema de llegums eco i hortalisses de temporada <b>Hamburguesa mixta completa (pa, formatge, tomaca, encisam)</b> Creïlles fregides Fruita de temporada i pa</p>	<p>Sopa de putxero amb fideus Pollastre sofregit a l'all Amanida d'encisam, dacsca i remolatxa Fruita de temporada i pa</p>	<p><b>ESTE MES, EN EL NOSTRE PROJECTE EDUCATIU "UN MÓN PLE DE SABOR" VIATJAREM A: els EUA</b></p>

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
30	31	01	02	03
<p>* 1 vegada a la setmana se servirà iogurt natural com a postres. Els dies restants, se servirà fruita de temporada (poma, plàtan/banana, pera i maduixot), depenent de la disponibilitat, garantint en tot moment que es tracte de fruita fresca.</p> <p>* Totes les setmanes se servirà pa blanc, i com a mínim, 2 dies de pa integral.</p> <p><b>*En les dietes es revisarà l'etiquetatge de tots els productes per assegurar que siguin lliures dels al·lèrgens necessaris.</b></p>		<p><b>MENÚ DE PASQUA</b></p> <p>Amanida completa (encisam, tomaca, dacsca, carlota, olives, tonyina)</p> <p>Arròs al forn amb cigrons</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>
06	07	08	09	10
<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>
13	14	15	16	17
<p>Pasta sense ou amb salsa de tomaca</p> <p>Tosta de tonyina i tomaca</p> <p>Xampinyons saltats</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Crema de carabasseta</p> <p>Lluç amb salsa verda</p> <p>Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Llentilles amb verdures</p> <p>Cinta de llomello a la planxa</p> <p>Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vinagreta</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Arròs caldós de l'horta (amb verdures)</p> <p>Pa torrat amb hummus de cigrons</p> <p>Amanida d'encisam, dacsca i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Potatge de cigrons a la mediterrània</p> <p>Pollastre marinat a la llima i romer</p> <p>Amanida d'encisam, carlota i ceba cruixent</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>
20	21	22	23	24
<p>Olla de lentilles amb verdures</p> <p>Cinta de llomello a la planxa</p> <p>Xampinyons saltats</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Pasta sense ou a la carbonara vegetal (amb soja texturada)</p> <p>Limanda en tempura casolana</p> <p>Amanida d'encisam i carlota</p> <p>logurt natural amb canella i pa</p>	<p>Fesols estofats amb verdures</p> <p>Pollastre al forn</p> <p>Bròcoli saltat</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Arròs amb salsa de tomaca a la provençal</p> <p>Bastonets de pa amb hummus de cigrons</p> <p>Amanida d'encisam, tomaca i olives</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Crema de verdures de temporada amb tostons casolans</p> <p>Llonganisses al forn</p> <p>Creïlla panadera al forn</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>
27	28	29	30	01
<p>Arròs integral caldós de peix</p> <p>-</p> <p>Amanida d'encisam, col, carlota i poma</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Guisat de creïlla i verdura</p> <p>Rap en salsa de salsa de tomaca</p> <p>Carlota saltada</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p><b>JORNADA EUA</b></p> <p>Crema de llegums eco i hortalisses de temporada</p> <p><b>Hamburguesa amb formatge</b></p> <p>Creïlles fregides</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>0</p> <p>Pollastre sofregit a l'all</p> <p>Amanida d'encisam, dacsca i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p><b>ESTE MES, EN EL NOSTRE PROJECTE EDUCATIU "UN MÓN PLE DE SABOR" VIATJAREM A: els EUA</b></p>



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
30	31	01	02	03
<p>* 1 vegada a la setmana se servirà iogurt natural com a postres. Els dies restants, se servirà fruita de temporada (poma, plàtan/banana, pera i maduixot), depenent de la disponibilitat, garantint en tot moment que es tracte de fruita fresca.</p> <p>* Totes les setmanes se servirà pa blanc, i com a mínim, 2 dies de pa integral.</p> <p><b>*En les dietes es revisarà l'etiquetatge de tots els productes per assegurar que siguin lliures dels al·lèrgens necessaris.</b></p>		<p><b>MENÚ DE PASQUA</b></p> <p>Amanida completa (encisam, tomaca, dacsa, carlota, olives, ou)</p> <p>Arròs al forn amb cigrons</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>
06	07	08	09	10
<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>FESTIU</b></p>
13	14	15	16	17
<p>Espaguetis integrals al pomodoro (amb salsa de tomaca)</p> <p>Pa torrat amb pernil serrà</p> <p>Xampinyons saltats</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Crema de carabasseta</p> <p>Cinta de llomello a la planxa</p> <p>Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Llenties amb verdures</p> <p>Truita de creïlla</p> <p>Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vinagreta</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Arròs caldós de l'horta (amb verdures)</p> <p>Fajitas de bolonyesa vegetal</p> <p>Amanida d'encisam, dacsa i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Potatge de cigrons a la mediterrània</p> <p>Pollastre marinat a la llima i romer</p> <p>Amanida d'encisam, carlota i ceba cruixent</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>
20	21	22	23	24
<p>Olla de llenties amb verdures</p> <p>Remenat d'ou</p> <p>Xampinyons saltats</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Macarrons integrals a la carbonara vegetal (amb soja texturitzada)</p> <p>Limanda en tempura casolana</p> <p>Amanida d'encisam, carlota i ou</p> <p>Iogurt natural amb canella i pa</p>	<p>Fesols estofats amb verdures</p> <p>Pollastre al forn</p> <p>Bròcoli saltat</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Arròs amb salsa de tomaca a la provençal</p> <p>Bastonets de pa amb hummus de cigrons</p> <p>Amanida d'encisam, tomaca i olives</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Crema de verdures de temporada amb tostons casolans</p> <p>Llonganisses al forn</p> <p>Creïlla panadera al forn</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>
27	28	29	30	01
<p>Arròs amb verdures</p> <p>Truita francesa</p> <p>Amanida d'encisam, col, carlota i poma</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Guisat de creïlla i verdura</p> <p>Cinta de llomello amb salsa de tomaca</p> <p>Carlota saltada</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p><b>JORNADA EUA</b></p> <p>Crema de llegums eco i hortalisses de temporada</p> <p><b>Hamburguesa mixta completa (pa, formatge, tomaca, encisam)</b></p> <p>Creïlles fregides</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p>Sopa de putxero amb fideus</p> <p>Pollastre sofregit a l'all</p> <p>Amanida d'encisam, dacsa i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada i pa</p>	<p><b>ESTE MES, EN EL NOSTRE PROJECTE EDUCATIU "UN MÓN PLE DE SABOR" VIATJAREM A: els EUA</b></p>



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01	02	03
<p><b>* 1 vez a la semana se servirá yogur natural como postre. Los días restantes, se servirá fruta de temporada (manzana, plátano/banana, pera y fresón), dependiendo de la disponibilidad, garantizando en todo momento que se trate de fruta fresca.</b></p> <p><b>* Todas las semanas se servirá pan blanco, y como mínimo, 2 días de pan integral.</b></p> <p><b>*En las dietas se revisará el etiquetado de todos los productos asegurándonos que sean libres de los alérgenos necesarios.</b></p> 		<p><b>MENÚ DE PASCUA</b></p> <p>Ensalada completa(lechuga, tomate, maíz, zanahoria, aceitunas, huevo, atún)</p> <p>Arroz al horno con garbanzos</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>
06	07	08	09	10
<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>
13	14	15	16	17
<p>Espaguetis integrales al pomodoro (con salsa de tomate)</p> <p>Tosta de atún con tomate</p> <p>Champiñones salteados</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Merluza en salsa verde</p> <p>Ensalada de lechuga, zanahoria y espárragos</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Lentejas con verduras</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate, queso mozzarella y vinagreta de albahaca</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Arroz caldoso de la huerta (con verduras)</p> <p>Hummus de garbanzos (sin sésamo) con pan tostado</p> <p>Ensalada de lechuga, maíz y remolacha</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Potaje de garbanzos a la mediterránea</p> <p>Contramuslo de pollo marinado al limón y romero</p> <p>Ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla crujiente</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>
20	21	22	23	24
<p>Guiso de lentejas con verduras</p> <p>Revuelto de huevo</p> <p>Champiñones salteados</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Macarrones integrales a la napolitana</p> <p>Limanda en tempura</p> <p>Ensalada lechuga, zanahoria y huevo</p> <p>Yogur natural con canela y pan</p>	<p>Alubias estofadas con verduras</p> <p>Pollo al horno</p> <p>Brócoli salteado</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Arroz con salsa de tomate a la provenzal</p> <p>Hummus de garbanzos (sin sésamo) con pan tostado</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Crema de verduras de temporada con tostones caseros</p> <p>Longanizas al horno</p> <p>Patata panadera al horno</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>
27	28	29	30	01
<p>Arroz integral caldoso de pescado</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Ensalada de col, zanahoria y manzana</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Guiso de patata y verdura</p> <p>Rape en salsa de tomate</p> <p>Zanahoria salteada</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p><b>JORNADA EEUU</b></p> <p>Crema de legumbres eco y hortalizas de temporada</p> <p><b>Hamburguesa con queso</b></p> <p>Patatas fritas</p> <p>Fruta de temporada y pan</p> 	<p>Sopa de cocido con fideos</p> <p>Pollo sofrito al ajillo</p> <p>Ensalada de lechuga, maíz y remolacha</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p><b>ESTE MES, EN NUESTRO PROYECTO EDUCATIVO "UN MUNDO LLENO DE SABOR" VIAJAREMOS A: EEUU</b></p> 

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01 <b>MENÚ DE PASCUA</b>	02	03
<p><b>* 1 vez a la semana se servirá yogur natural como postre.</b>  <b>Los días restantes, se servirá fruta de temporada (manzana, plátano/banana, pera y fresón), dependiendo de la disponibilidad, garantizando en todo momento que se trate de fruta fresca.</b>  <b>* Todas las semanas se servirá pan blanco, y como mínimo, 2 días de pan integral.</b>  <b>*En las dietas se revisará el etiquetado de todos los productos asegurandonos que sean libres de los alérgenos necesarios.</b>  <b>*Las frutas se servirán muy bien peladas y lavadas.</b></p>		<p>Ensalada completa(lechuga, tomate, maíz, zanahoria, aceitunas, huevo, atún)</p> <p>Arroz al horno con garbanzos</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>
06	07	08	09	10
<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>
13	14	15	16	17
<p>Espaguetis integrales al pomodoro (con salsa de tomate)</p> <p>Tosta de atún con tomate</p> <p>Champiñones salteados</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Merluza en salsa verde</p> <p>Ensalada de lechuga, zanahoria y espárragos</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Lentejas con verduras</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate, queso mozzarella y vinagreta de albahaca</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Arroz caldoso de la huerta (con verduras)</p> <p>Hummus de garbanzos (sin sésamo) con pan tostado</p> <p>Ensalada de lechuga, maíz y remolacha</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Potaje de garbanzos a la mediterránea</p> <p>Contramuslo de pollo marinado al limón y romero</p> <p>Ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla crujiente</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>
20	21	22	23	24
<p>Guiso de lentejas con verduras</p> <p>Revuelto de huevo</p> <p>Champiñones salteados</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Macarrones integrales a la napolitana</p> <p>Limanda en tempura</p> <p>Ensalada lechuga, zanahoria y huevo</p> <p>Yogur natural con canela y pan</p>	<p>Alubias estofadas con verduras</p> <p>Pollo al horno</p> <p>Brócoli salteado</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Arroz con salsa de tomate a la provenzal</p> <p>Hummus de garbanzos (sin sésamo) con pan tostado</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Crema de verduras de temporada con tostones caseros</p> <p>Longanizas al horno</p> <p>Patata panadera al horno</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>
27	28	29 <b>JORNADA EEUU</b>	30	01
<p>Arroz integral caldoso de pescado</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Ensalada de col, zanahoria y manzana</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Guiso de patata y verdura</p> <p>Rape en salsa de tomate</p> <p>Zanahoria salteada</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Crema de legumbres eco y hortalizas de temporada</p> <p><b>Hamburguesa con queso</b></p> <p>Patatas fritas</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Sopa de cocido con fideos</p> <p>Pollo sofrito al ajillo</p> <p>Ensalada de lechuga, maíz y remolacha</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p><b>ESTE MES, EN NUESTRO PROYECTO EDUCATIVO "UN MUNDO LLENO DE SABOR" VIAJAREMOS A: EEUU</b></p>



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01	02	03
<p>* 1 vez a la semana se servirá yogur natural como postre. Los días restantes, se servirá fruta de temporada (manzana, plátano/banana, pera y fresón), dependiendo de la disponibilidad, garantizando en todo momento que se trate de fruta fresca.</p> <p>* Todas las semanas se servirá pan blanco, y como mínimo, 2 días de pan integral.</p> <p>*En las dietas se revisará el etiquetado de todos los productos asegurándonos que sean libres de los alérgenos necesarios.</p>		<p><b>MENÚ DE PASCUA</b></p> <p>Ensalada completa (lechuga, tomate, maíz, zanahoria, aceitunas, huevo, atún)</p> <p>Arroz al horno con garbanzos</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>
06	07	08	09	10
<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>
13	14	15	16	17
<p>Espaguetis integrales al pomodoro (con salsa de tomate)</p> <p>Tosta de atún con tomate</p> <p>Champiñones salteados</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Merluza en salsa verde</p> <p>Ensalada de lechuga, zanahoria y espárragos</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Lentejas con verduras</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate, queso mozzarella y vinagreta de albahaca</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Arroz caldoso de la huerta (con verduras)</p> <p>Hummus de garbanzos (sin sésamo) con pan tostado</p> <p>Ensalada de lechuga, maíz y remolacha</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Potaje de garbanzos a la mediterránea</p> <p>Contramuslo de pollo marinado al limón y romero</p> <p>Ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla crujiente</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>
20	21	22	23	24
<p>Guiso de lentejas con verduras</p> <p>Revuelto de huevo</p> <p>Champiñones salteados</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Macarrones integrales a la napolitana</p> <p>Limanda en tempura</p> <p>Ensalada lechuga, zanahoria y huevo</p> <p>Yogur natural con canela y pan</p>	<p>Alubias estofadas con verduras</p> <p>Pollo al horno</p> <p>Brócoli salteado</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Arroz con salsa de tomate a la provenzal</p> <p>Hummus de garbanzos (sin sésamo) con pan tostado</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Crema de verduras de temporada con tostones caseros</p> <p>Longanizas al horno</p> <p>Patata panadera al horno</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>
27	28	29	30	01
<p>Arroz integral caldoso de pescado</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Ensalada de col, zanahoria y manzana</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Guiso de patata y verdura</p> <p>Rape en salsa de tomate</p> <p>Zanahoria salteada</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p><b>JORNADA EEUU</b></p> <p>Crema de legumbres eco y hortalizas de temporada</p> <p><b>Hamburguesa con queso</b></p> <p>Patatas fritas</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Sopa de cocido con fideos</p> <p>Pollo sofrito al ajillo</p> <p>Ensalada de lechuga, maíz y remolacha</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p><b>ESTE MES, EN NUESTRO PROYECTO EDUCATIVO "UN MUNDO LLENO DE SABOR" VIAJAREMOS A: EEUU</b></p>

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01 <b>MENÚ DE PASCUA</b>	02	03
<p>* 1 vez a la semana se servirá yogur natural como postre. Los días restantes, se servirá fruta de temporada (manzana, plátano/banana, pera y fresón), dependiendo de la disponibilidad, garantizando en todo momento que se trate de fruta fresca.</p> <p>* Todas las semanas se servirá pan sin gluten.</p> <p>* En las dietas se revisará el etiquetado de todos los productos asegurándonos que sean libres de los alérgenos necesarios.</p>		<p>Ensalada completa (lechuga, tomate, maíz, zanahoria, aceitunas, huevo, atún)</p> <p>Arroz al horno con garbanzos</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>
06	07	08	09	10
<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>
13	14	15	16	17
<p>Pasta sin gluten con tomate</p> <p>Tosta de pan sin gluten con atún y tomate</p> <p>Champiñones salteados</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Merluza en salsa verde</p> <p>Ensalada de lechuga, zanahoria y espárragos</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p>	<p>Guiso de patata y verdura</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate, queso mozzarella y vinagreta de albahaca</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p>	<p>Arroz caldoso de la huerta (con verduras)</p> <p>Tosta de pan sin gluten con hummus de garbanzos</p> <p>Ensalada de lechuga, maíz y remolacha</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p>	<p>Potaje de garbanzos a la mediterránea</p> <p>Contramuslo de pollo marinado al limón y romero</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p>
20	21	22	23	24
<p>Guiso de patata y verdura</p> <p>Revuelto de huevo</p> <p>Champiñones salteados</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p>	<p>Pasta sin gluten a la carbonara vegetal (con soja texturizada)</p> <p>Limanda al horno con ajo y perejil</p> <p>Ensalada lechuga, zanahoria y huevo</p> <p>Yogur natural con canela y pan sin gluten</p>	<p>Alubias estofadas con verduras</p> <p>Pollo al horno</p> <p>Brócoli salteado</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p>	<p>Arroz con salsa de tomate a la provenzal</p> <p>Tosta de pan sin gluten con hummus de garbanzos</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p>	<p>Crema de verduras de temporada</p> <p>Longanizas al horno</p> <p>Patata panadera al horno</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p>
27	28	29 <b>JORNADA EEUU</b>	30	01
<p>Arroz integral caldoso de pescado</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Ensalada de col, zanahoria y manzana</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p>	<p>Guiso de patata y verdura</p> <p>Rape en salsa de tomate</p> <p>Zanahoria salteada</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p>	<p>Crema de legumbres (sin lentejas) y hortalizas</p> <p><b>Hamburguesa con queso</b></p> <p>Patatas fritas</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p>	<p>Sopa de ave con pasta sin gluten</p> <p>Pollo sofrito al ajillo</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas</p> <p>Fruta de temporada y pan sin gluten</p>	<p><b>ESTE MES, EN NUESTRO PROYECTO EDUCATIVO "UN MUNDO LLENO DE SABOR" VIAJAREMOS A: EEUU</b></p>



# Menú SIN HUEVO

Abril 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01 <b>MENÚ DE PASCUA</b>	02	03
<p>* 1 vez a la semana se servirá yogur natural como postre. Los días restantes, se servirá fruta de temporada (manzana, plátano/banana, pera y fresón), dependiendo de la disponibilidad, garantizando en todo momento que se trate de fruta fresca. * Todas las semanas se servirá pan blanco, y como mínimo, 2 días de pan integral. * En las dietas se revisará el etiquetado de todos los productos asegurándonos que sean libres de los alérgenos necesarios.</p> 		<p>Ensalada completa (lechuga, tomate, maíz, zanahoria, aceitunas, atún) Arroz al horno con garbanzos  Fruta de temporada y pan</p>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>
06	07	08	09	10
<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>
13	14	15	16	17
<p>Pasta sin huevo con salsa de tomate Tosta de atún con tomate Champiñones salteados Fruta de temporada y pan</p>	<p>Crema de calabacín Merluza en salsa verde Ensalada de lechuga, zanahoria y espárragos Fruta de temporada y pan</p>	<p>Lentejas con verduras Cinta de lomo a la plancha Ensalada de lechuga, tomate, queso mozzarella y vinagreta de albahaca Fruta de temporada y pan</p>	<p>Arroz caldoso de la huerta (con verduras) Tosta de pan con hummus de garbanzos Ensalada de lechuga, maíz y remolacha Fruta de temporada y pan</p>	<p>Potaje de garbanzos a la mediterránea Contramuslo de pollo marinado al limón y romero Ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla crujiente Fruta de temporada y pan</p>
20	21	22	23	24
<p>Guiso de lentejas con verduras Cinta de lomo a la plancha Champiñones salteados Fruta de temporada y pan</p>	<p>Pasta sin huevo a la carbonara vegetal (con soja texturizada) Limanda en tempura Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur natural con canela y pan</p>	<p>Alubias estofadas con verduras Pollo al horno Brócoli salteado Fruta de temporada y pan</p>	<p>Arroz con salsa de tomate a la provenzal Picos con hummus de garbanzos Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada y pan</p>	<p>Crema de verduras de temporada con tostones caseros Longanizas al horno Patata panadera al horno Fruta de temporada y pan</p>
27	28	29 <b>JORNADA EEUU</b>	30	01
<p>Arroz integral caldoso de pescado Panini casero de verduras gratinado Ensalada de col, zanahoria y manzana Fruta de temporada y pan</p>	<p>Guiso de patata y verdura Rape en salsa de tomate Zanahoria salteada Fruta de temporada y pan</p>	<p>Crema de legumbres eco y hortalizas de temporada <b>Hamburguesa con queso</b> Patatas fritas Fruta de temporada y pan</p> 	<p>Sopa de ave con pasta sin huevo Pollo sofrito al ajillo Ensalada de lechuga, maíz y remolacha Fruta de temporada y pan</p>	<p><b>ESTE MES, EN NUESTRO PROYECTO EDUCATIVO "UN MUNDO LLENO DE SABOR" VIAJAREMOS A: EEUU</b></p> 

LUNES 30	MARTES 31	MIÉRCOLES MENÚ DE PASCUA	JUEVES 02	VIERNES 03
<p>* 1 vez a la semana se servirá yogur natural como postre. Los días restantes, se servirá fruta de temporada (manzana, plátano/banana, pera y fresón), dependiendo de la disponibilidad, garantizando en todo momento que se trate de fruta fresca.</p> <p>* Todas las semanas se servirá pan blanco, y como mínimo, 2 días de pan integral.</p> <p>*En las dietas se revisará el etiquetado de todos los productos asegurandonos que sean libres de los alérgenos necesarios.</p>		<p>Ensalada completa(lechuga, tomate, maíz, zanahoria, aceitunas, huevo, atún)</p> <p>Arroz al horno con garbanzos</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>
<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>
<p>06</p>	<p>07</p>	<p>08</p>	<p>09</p>	<p>10</p>
<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>
<p>13</p> <p>Espaguetis integrales al pomodoro (con salsa de tomate)</p> <p>Croquetas de jamón</p> <p>Champiñones salteados</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>14</p> <p>Crema de calabacín</p> <p>Merluza en salsa verde</p> <p>Ensalada de lechuga, zanahoria y espárragos</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>15</p> <p>Lentejas con verduras</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate, queso mozzarella y vinagreta de albahaca</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>16</p> <p>Arroz caldoso de la huerta (con verduras)</p> <p>Fajitas con boloñesa vegetal (soja texturizada, tomate, cebolla)</p> <p>Ensalada de lechuga, maíz y remolacha</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>17</p> <p>Potaje de garbanzos a la mediterránea</p> <p>Contramuslo de pollo marinado al limón y romero</p> <p>Ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla crujiente</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>
<p>20</p> <p>Guiso de lentejas con verduras</p> <p>Revuelto de huevo</p> <p>Champiñones salteados</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>21</p> <p>Macarrones integrales a la carbonara vegetal (con soja texturizada)</p> <p>Limanda en tempura</p> <p>Ensalada de lechuga, zanahoria y huevo</p> <p>Yogur natural con canela y pan</p>	<p>22</p> <p>Alubias estofadas con verduras</p> <p>Pollo al horno</p> <p>Brócoli salteado</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>23</p> <p>Arroz con salsa de tomate a la provenzal</p> <p>Picos con hummus de garbanzos</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>24</p> <p>Crema de verduras de temporada con tostones caseros</p> <p>Longanizas al horno</p> <p>Patata panadera al horno</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>
<p>27</p> <p>Arroz integral caldoso de pescado</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Ensalada de col, zanahoria y manzana</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>28</p> <p>Guiso de patata y verdura</p> <p>Rape en salsa de tomate</p> <p>Zanahoria salteada</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p><b>JORNADA EEUU</b></p> <p>Crema de legumbres eco y hortalizas de temporada</p> <p><b>Hamburguesa mixta completa (pan, queso, tomate, lechuga)</b></p> <p>Patatas fritas</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>30</p> <p>Sopa de cocido con fideos</p> <p>Pollo sofrito al ajillo</p> <p>Ensalada de lechuga, maíz y remolacha</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>01</p> <p><b>ESTE MES, EN NUESTRO PROYECTO EDUCATIVO "UN MUNDO LLENO DE SABOR" VIAJAREMOS A: EEUU</b></p>

LUNES 30	MARTES 31	MIÉRCOLES MENÚ DE PASCUA	JUEVES 02	VIERNES 03
<p>* 1 vez a la semana se servirá yogur natural como postre. Los días restantes, se servirá fruta de temporada (manzana, plátano/banana, pera y fresón), dependiendo de la disponibilidad, garantizando en todo momento que se trate de fruta fresca.</p> <p>* Todas las semanas se servirá pan blanco, y como mínimo, 2 días de pan integral.</p> <p>*En las dietas se revisará el etiquetado de todos los productos asegurandonos que sean libres de los alérgenos necesarios.</p> 		<p>Ensalada completa(lechuga, tomate, maíz, zanahoria, aceitunas, huevo, atún)</p> <p>Arroz al horno con garbanzos</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>
<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>
<p>Espaguetis integrales al pomodoro (con salsa de tomate)</p> <p>Croquetas de jamón</p> <p>Champiñones salteados</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Merluza en salsa verde</p> <p>Ensalada de lechuga, zanahoria y espárragos</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Lentejas con verduras</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate, queso mozzarella y vinagreta de albahaca</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Arroz caldoso de la huerta (con verduras)</p> <p>Fajitas con boloñesa vegetal (soja texturizada, tomate, cebolla)</p> <p>Ensalada de lechuga, maíz y remolacha</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Potaje de garbanzos a la mediterránea</p> <p>Contramuslo de pollo marinado al limón y romero</p> <p>Ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla crujiente</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>
<p>Guiso de lentejas con verduras</p> <p>Revuelto de huevo</p> <p>Champiñones salteados</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Macarrones integrales a la carbonara vegetal (con soja texturizada)</p> <p>Limanda en tempura</p> <p>Ensalada de lechuga, zanahoria y huevo</p> <p>Yogur natural con canela y pan</p>	<p>Alubias estofadas con verduras</p> <p>Pollo al horno</p> <p>Brócoli salteado</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Arroz con salsa de tomate a la provenzal</p> <p>Picos con hummus de garbanzos</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Crema de verduras de temporada con tostones caseros</p> <p>Longanizas al horno</p> <p>Patata panadera al horno</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>
<p>Arroz integral caldoso de pescado</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Ensalada de col, zanahoria y manzana</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Guiso de patata y verdura</p> <p>Rape en salsa de tomate</p> <p>Zanahoria salteada</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p><b>JORNADA EEUU</b></p> <p>Crema de legumbres eco y hortalizas de temporada</p> <p><b>Hamburguesa mixta completa (pan, queso, tomate, lechuga)</b></p> <p>Patatas fritas</p> <p>Fruta de temporada y pan</p> 	<p>Sopa de cocido con fideos</p> <p>Pollo sofrito al ajillo</p> <p>Ensalada de lechuga, maíz y remolacha</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p><b>ESTE MES, EN NUESTRO PROYECTO EDUCATIVO "UN MUNDO LLENO DE SABOR" VIAJAREMOS A: EEUU</b></p> 

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01	02	03
<p>* 1 vez a la semana se servirá yogur natural como postre. Los días restantes, se servirá fruta de temporada (manzana, plátano/banana, pera y fresón), dependiendo de la disponibilidad, garantizando en todo momento que se trate de fruta fresca.</p> <p>* Todas las semanas se servirá pan blanco, y como mínimo, 2 días de pan integral.</p> <p>*En las dietas se revisará el etiquetado de todos los productos asegurándonos que sean libres de los alérgenos necesarios.</p> 		<p><b>MENÚ DE PASCUA</b></p> <p>Ensalada completa(lechuga, tomate, maíz, zanahoria, aceitunas, huevo, atún)</p> <p>Arroz al horno con garbanzos</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>
06	07	08	09	10
<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>
13	14	15	16	17
<p>Espaguetis integrales al pomodoro (con salsa de tomate)</p> <p>Tosta de atún con tomate</p> <p>Champiñones salteados</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Merluza en salsa verde</p> <p>Ensalada de lechuga, zanahoria y espárragos</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Lentejas con verduras</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate, queso mozzarella y vinagreta de albahaca</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Arroz caldoso de la huerta (con verduras)</p> <p>Hummus de garbanzos (sin sésamo) con pan tostado</p> <p>Ensalada de lechuga, maíz y remolacha</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Potaje de garbanzos a la mediterránea</p> <p>Contramuslo de pollo marinado al limón y romero</p> <p>Ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla crujiente</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>
20	21	22	23	24
<p>Guiso de lentejas con verduras</p> <p>Revuelto de huevo</p> <p>Champiñones salteados</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Macarrones integrales a la napolitana</p> <p>Limanda en tempura</p> <p>Ensalada lechuga, zanahoria y huevo</p> <p>Yogur natural con canela y pan</p>	<p>Alubias estofadas con verduras</p> <p>Pollo al horno</p> <p>Brócoli salteado</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Arroz con salsa de tomate a la provenzal</p> <p>Hummus de garbanzos (sin sésamo) con pan tostado</p> <p>Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Crema de verduras de temporada con tostones caseros</p> <p>Longanizas al horno</p> <p>Patata panadera al horno</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>
27	28	29	30	01
<p>Arroz integral caldoso de pescado</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Ensalada de col, zanahoria y manzana</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p>Guiso de patata y verdura</p> <p>Rape en salsa de tomate</p> <p>Zanahoria salteada</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p><b>JORNADA EEUU</b></p> <p>Crema de legumbres eco y hortalizas de temporada</p> <p><b>Hamburguesa con queso</b></p> <p>Patatas fritas</p> <p>Fruta de temporada y pan</p> 	<p>Sopa de cocido con fideos</p> <p>Pollo sofrito al ajillo</p> <p>Ensalada de lechuga, maíz y remolacha</p> <p>Fruta de temporada y pan</p>	<p><b>ESTE MES, EN NUESTRO PROYECTO EDUCATIVO "UN MUNDO LLENO DE SABOR" VIAJAREMOS A: EEUU</b></p> 

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	01 <b>MENÚ DE PASCUA</b>	02	03
<p>* 1 vez a la semana se servirá yogur natural como postre. Los días restantes, se servirá fruta de temporada (manzana, plátano/banana, pera y fresón), dependiendo de la disponibilidad, garantizando en todo momento que se trate de fruta fresca. * Todas las semanas se servirá pan blanco, y como mínimo, 2 días de pan integral. * En las dietas se revisará el etiquetado de todos los productos asegurándonos que sean libres de los alérgenos necesarios.</p>		<p>Ensalada completa (lechuga, tomate, maíz, zanahoria, aceitunas, huevo) Arroz al horno con garbanzos  Fruta de temporada y pan</p>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>
06	07	08	09	10
<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>
13	14	15	16	17
<p>Espaguetis integrales al pomodoro (con salsa de tomate) Tosta de pan jamón serrano Champiñones salteados Fruta de temporada y pan</p>	<p>Crema de calabacín Cinta de lomo a la plancha Ensalada de lechuga, zanahoria y espárragos Fruta de temporada y pan</p>	<p>Lentejas con verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga, tomate, queso mozzarella y vinagreta de albahaca Fruta de temporada y pan</p>	<p>Arroz caldoso de la huerta (con verduras) Fajitas con boloñesa vegetal (soja texturizada, tomate, cebolla) Ensalada de lechuga, maíz y remolacha Fruta de temporada y pan</p>	<p>Potaje de garbanzos a la mediterránea Contramuslo de pollo marinado al limón y romero Ensalada de lechuga, zanahoria y cebolla crujiente Fruta de temporada y pan</p>
20	21	22	23	24
<p>Guiso de lentejas con verduras Revuelto de huevo Champiñones salteados Fruta de temporada y pan</p>	<p>Macarrones integrales a la carbonara vegetal (con soja texturizada) Tosta de queso, tomate y orégano Ensalada lechuga, zanahoria y huevo Yogur natural con canela y pan</p>	<p>Alubias estofadas con verduras Pollo al horno Brócoli salteado Fruta de temporada y pan</p>	<p>Arroz con salsa de tomate a la provenzal Picos con hummus de garbanzos Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta de temporada y pan</p>	<p>Crema de verduras de temporada con tostones caseros Longanizas al horno Patata panadera al horno Fruta de temporada y pan</p>
27	28	29 <b>JORNADA EEUU</b>	30	01
<p>Arroz con verduras Tortilla francesa Ensalada de col, zanahoria y manzana Fruta de temporada y pan</p>	<p>Guiso de patata y verdura Cinta de lomo con tomate Zanahoria salteada Fruta de temporada y pan</p>	<p>Crema de legumbres eco y hortalizas de temporada <b>Hamburguesa mixta completa (pan, queso, tomate, lechuga)</b> Patatas fritas Fruta de temporada y pan</p>	<p>Sopa de cocido con fideos Pollo sofrito al ajillo Ensalada de lechuga, maíz y remolacha Fruta de temporada y pan</p>	<p><b>ESTE MES, EN NUESTRO PROYECTO EDUCATIVO "UN MUNDO LLENO DE SABOR" VIAJAREMOS A: EEUU</b></p>

# la ruta saludable

Nuestro viaje de aprendizaje diario hacia una vida más saludable, inclusiva y sostenible

## 01 Salud

¡Comer bien hoy, crecer fuerte mañana!  
Aprendemos hábitos saludables para toda la vida.

## 03 Sostenibilidad

¡Nada se desperdicia! Aprendemos a reciclar y cuidar el planeta con cada bocado.

## 02 Convivencia

En la mesa, ¡somos un equipo! Aprendemos a convivir, respetar y celebrar la diversidad.

## 04 Juego

¡Aprender jugando es más divertido! El mediodía es nuestro momento para reír y descubrir juntos.

# RECOMENDADOR DE CENAS

### PRIMEROS PLATOS

Si en el cole el primer plato fue...



Verdura



Pasta/Arroz



Legumbres



Para cenar puede ser...



Pasta/Arroz



Verdura



Verdura



Pasta/Arroz

### SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole el segundo plato fue...



Huevo



Pescado



Legumbres



carne



Para cenar puede ser...



carne



Pescado



Huevo



Verdura



Huevo



Pescado



Fruta



lácteo