

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Bollit valencià de bajoqueta Tofu amb verdures Xampinyons saltats Fruita de temporada i pa	Arròs amb verdures Pèsols saltats amb ceba Amanida d'encisam, tomaca i dacsa Fruita de temporada i pa	Crema de llegums eco i hortalisses de temporada Remenat d'ou Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vinagreta Iogurt natural amp topping de cacau en pols i pa	Sopa de verdures amb cigrons i fideus Samfaina de verdures amb arròs Amanida d'encisam, dacsa i remolatxa Fruita de temporada i pa	Macarrons integrals a la napolitana Fajitas de bolonyesa vegetal Amanida de tomaca i orenga Fruita de temporada i pa
09	10	11	JORNADA DE FALLAS Arròs amb verdures Bastonets de pa amb hummus de garrofó Amanida d'encisam, tomaca i olives Coca de llanda i pa	
Llentilles amb verdures Truitada francesa Dacsa saltada Fruita de temporada i pa	Crema de carabasseta amb tostons casolans Panini casolà de verdures gratinat Creïlla panadera al forn Fruita de temporada i pa	Espaguetis integrals gratinats Truitada francesa Amanida d'encisam i carlota Fruita de temporada i pa		Cigrons amb verdures Truitada de creïlla Amanida d'encisam, olives i remolatxa Fruita de temporada i pa
16	17	18	FESTIVO	
Crema de verdures i hortalisses amb tostons casolans Pèsols saltats amb ceba Amanida d'encisam, col, carlota i poma Fruita de temporada i pa	Cigrons estofats Tofu amb verdures Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vinagreta Fruita de temporada i pa	Arròs amb verdures Truitada francesa Amanida d'encisam, tomaca i dacsa Fruita de temporada i pa		Macarrons integrals a la napolitana Panini casolà de verdures gratinat Bròcoli saltat Fruita de temporada i pa
23	24	JORNADA TAILANDIA		27
Arròs amb verdures Milfulles de soja texturitzada amb tomaca casolà Encisam i tomaca Fruita de temporada i pa	Vichyssoise amb tostons casolans Hummus de cigrons amb pa torrat Creïlles fregides Fruita de temporada i pa	Favada vegetal Truitada francesa Nachos Fruita de temporada i pa	Espaguetis integrals amb salsa de tomaca Crilles amb bolonyesa vegetal Amanida d'encisam, tomaca i olives Fruita de temporada i pa	Llentilles eco a l'estil tradicional amb verdures Truitada de carabasseta Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs Fruita de temporada i pa
30	31	01	02	03
Galets amb salsa de carabassa i formatge Pa torrat amb verdures Amanida d'encisam, col, carlota i poma Fruita de temporada i pa	Sopa casolana de verdures amb fideus Tofu amb verdures Amanida d'encisam, tomaca i dacsa Fruita de temporada i pa	* 1 vegada a la setmana se servirà iogurt com a postre. * Cada setmana se servirà pa blanc, pa integral de massa mare i, com a mínim, 2 vegades de pa integral.		ESTE MES, EN NOSTRE PROJECTE EDUCATIU "UN MÓN PLE DE SABOR": VIAJAREM A TAILANDIA
		¡Tots els cítrics son 100% de la Comunitat Valenciana!		 <small>Jornada Internacional</small>

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













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...		🏠 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