

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
02	03	04	05	06
Bollit valencià de bajoqueta	Arròs melòs de costelles i floricol	Crema de llegums i hortalisses	Sopa de verdures amb cigrons i fideus	Macarrons integrals en salsa de nata amb salmó
Taquets de magre en salsa de taronja	Rap en salsa de tomaca	Truita francesa amb formatge	Pollastre tikka masala	Fajitas de bolonyesa vegetal
Xampinyons saltats	Amanida d'encisam, tomaca i dacsa	Carabasseta saltada	Amanida d'encisam, dacsa i remolatxa	Amanida de tomaca i orenga
Fruita de temporada i pa	Fruita de temporada i pa	logurt natural amb flocs de dacsa i pa	Fruita de temporada i pa	Fruita de temporada i pa
09	10	11	JORNADA DE FALLES	13
Llentilles ecològiques amb verdures i pernil serrà	Crema de carabasseta amb tostons casolans	Espaguetis integrals gratinats	Paella valenciana	Potatge de cigrons
Truita francesa	Llonganisses	Lluç amb salsa verda	Bastonets de pa amb hummus de cigrons	Truita de creïlla
Dacsa saltada	Creïlla panadera al forn	Amanida d'encisam, carlota i ou	Ensalada de lechuga, zanahoria y espárragos	Amanida d'encisam, olives i remolatxa
Fruita de temporada i pa	Fruita de temporada i pa	Fruita de temporada i pa	logurt natural i pa	Fruita de temporada i pa
16	17	18	19	20
FESTIU	FESTIU	FESTIU	FESTIU	FESTIU
23	24	JORNADA TAILÀNDIA	26	27
Llentilles eco a l'estil tradicional amb verdures	Vichyssoise amb tostons casolans	Favada vegetal	Espaguetis integrals a la bolonyesa	Arròs a banda
Truita de creïlla	Hamburguesa al forn	Pollastre al forn	Limanda a la meniere	Milfulles de soja texturitzada amb tomaca casolà
Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs	Creïlles fregides	Pa de gamba	Amanida d'encisam, tomaca i olives	Amanida d'encisam, tomaca i tonyina
Fruita de temporada i pa	Fruita de temporada i pa	Fruita de temporada i pa	Fruita de temporada i pa	Fruita de temporada i pa
30	31	01	02	03
Galets amb salsa de carabassa i formatge	Sopa de putxero	* 1 vegada a la setmana se servirà iogurt natural com a postres.		ESTE MES, EN EL NOSTRE PROJECTE EDUCATIU
Lluç amb salsa verda	Pollastre cruixent casolà	* Totes les setmanes se servirà pa blanc, i com a mínim, 2 vegades de pa integral.		"UN MÓN PLE DE SABOR": VIATJAREM A TAILÀNDIA
Amanida d'encisam, col, carlota i poma	Amanida d'encisam, tomaca i dacsa			
Fruita de temporada i pa	Fruita de temporada i pa			

Tots els cítrics són 100% de la Comunitat Valenciana!



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...



Verdura



Pasta/Arròs



Llegums



Per sopar pot ser...



Pasta/Arròs



Verdura



Verdura



Pasta/Arròs

SEGONS PLATS

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



Ou



Peix



Llegums



carn



Per sopar pot ser...



carn



Ou



Verdura



Ou



Peix



carn



Ou



Peix



Fruita



lacti

Listado de alérgenos por plato para el Menú Basal

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Setmana	Dia	Ordre	Plat														
					GLUTEN	LLET	OU	PEIX	MOL·LUBCS	CRUSTACIS	CACAUITS	FRUTS CÀSCARA	SOJA	SESAM	MOSTASSA	API	ALTRAMUCES	SULFITS
Basal	Setmana 1	Dilluns	Primer	Bollit valencià de bajoqueta														14
			Segon	Taquets de magre en salsa de taronja	1													14
			Guarnició	Xampinyons saltats														
		Dimarts	Primer	Arròs melòs de costelles i floricol														
			Segon	Rap en salsa de tomaca				4										
			Guarnició	Amanida d'encisam, tomaca i dacsa														14
		Dimecres	Primer	Crema de llegums i hortalisses														14
			Segon	Truita francesa amb formatge		2	3											
			Guarnició	Carabasseta saltada														
		Dijous	Primer	Sopa de verdures amb cigrons i fideus	1								9		11	12		14
			Segon	Pollastre tikka masala		2												
			Guarnició	Amanida d'encisam, dacsa i remolatxa														14
		Divendres	Primer	Macarrons integrals en salsa de nata amb sa	1	2	3	4					9		11			
			Segon	Fajitas de bolonyesa vegetal	1	2	3					8	9	10	11	12		14
			Guarnició	Amanida de tomaca i orenga														14
	Setmana 2	Dilluns	Primer	Llentilles ecològiques amb verdures i pernil s	1													14
			Segon	Truita francesa			3											
			Guarnició	Dacsa saltada														
		Dimarts	Primer	Crema de carabasseta amb tostons casolan	1													14
			Segon	Llonganisses		2							9					14
			Guarnició	Creïlla panadera al forn														14
		Dimecres	Primer	Espaguetis integrals gratinats	1	2							9		11	12		
			Segon	Lluç amb salsa verda				4										
			Guarnició	Amanida d'encisam, carlota i ou			3											14
		Dijous	Primer	Paella valenciana														
			Segon	Bastonets de pa amb hummus de cigrons	1									10	11			
			Guarnició	Ensalada de lechuga, zanahoria y espárragos														
		Divendres	Primer	Potatge de cigrons														14
			Segon	Truita de creïlla			3											14
			Guarnició	Amanida d'encisam, olives i remolatxa														14
	Setmana 3	Dilluns	Primer		0													14
			Segon		0													14
			Guarnició		0													14
		Dimarts	Primer		0													14
			Segon		0													14
			Guarnició		0													14
		Dimecres	Primer		0													14
			Segon		0													14
			Guarnició		0													14
		Dijous	Primer	-														
			Segon	-														
			Guarnició	-														
	Setmana 4	Dilluns	Primer	Llentilles eco a l'estil tradicional amb verdure	1													14
			Segon	Truita de creïlla			3											14
			Guarnició	Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs														14
		Dimarts	Primer	Vichyssoise amb tostons casolans	1													14
			Segon	Hamburguesa al forn									9					
			Guarnició	Creïlles fregides														
		Dimecres	Primer	Favada vegetal														
			Segon	Pollastre al forn														
			Guarnició	Pa de gamba	1	2	3	4	5				9	10				
		Dijous	Primer	Espaguetis integrals a la bolonyesa	1	2	3						9					
			Segon	Limanda a la meniere	1			4					9					
			Guarnició	Amanida d'encisam, tomaca i olives														14
	Setmana 5	Divendres	Primer	Arròs a banda				4	5									14
			Segon	Milfulles de soja texturitzada amb tomaca ca	1	2	3					8	9	10	11	12		14
			Guarnició	Amanida d'encisam, tomaca i tonyina				4										14
		Dilluns	Primer	Galets amb salsa de carabassa i formatge	1	2							9	10	11	12		
			Segon	Lluç amb salsa verda				4										
			Guarnició	Amanida d'encisam, col, carlota i poma														14
		Dimarts	Primer	Sopa de putxero	1								9		11			
			Segon	Pollastre cruixent casolà	1	2												
			Guarnició	Amanida d'encisam, tomaca i dacsa														14
		Dimecres	Primer	-														
			Segon	-														
			Guarnició	-														
	Dijous	Primer	-															
			-															
			-															
		Segon	-															
			-															
			-															
	Divendres	Primer	-															
			-															
			-															