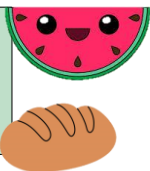


DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
27	28	29	30	01
* 1 vegada a la setmana se servirà iogurt com a postres. Els dies restants, se servirà fruita de temporada (poma, plàtan/banana, pera, meló d'Alger i meló), depenent de la disponibilitat, garantint en tot moment que es tracte de fruita fresca. * Totes les setmanes se servirà pa blanc, com a mínim, 2 vegades de pa integral.				
			ESTE MES, EN EL NOSTRE PROJECTE EDUCATIU "UN MÓN PLE DE SABOR" VIATJAREM A: EL BRASIL I MÈXIC 	FESTIU
04	05	06	07	08
Arròs melós de xampinyons Croquetes de pernil Amanida d'encisam, carlota i ou Fruita de temporada i pa	Macarrons integrals a la napolitana (salsa de tomaca) Salmó al forn amb anet Bròcoli saltat Fruita de temporada i pa	Olla de llentilles eco Fajitas de bolonyesa vegetal (amb soja texturitzada) Amanida d'encisam, tomaca i tonyina Fruita de temporada i pa	Crema de carlota amb tostons Pernilets de pollastre marinat a la llima i romer al forn Creïlles dau Fruita de temporada i pa	Olla de cigrons amb xoriço Truita de creïlla Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs Fruita de temporada i pa
11	12	13	14	JORNADA DE L'HORTICULTOR
Llentilles eco guisades a l'estil tradicional amb verdures Hamburguesa al forn Creïlles lluna al forn Fruita de temporada i pa	Vichyssoise amb tostons casolans Cuixeta de pollastre en salsa de carabasseta Tomaca amb herbes provenzals Fruita de temporada i pa	Guisat de creïlla i verdura Milfulles de bolonyesa vegetal (amb soja texturitzada) casolà Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vinagreta Fruita de temporada i pa	Arròs al forn amb cigrons Lluç amb salsa verda Amanida d'encisam, dacs a i remolatxa Fruita de temporada i pa	Espaguetis integrals saltats amb espinacs i nata Truita francesa amb formatge Amanida d'encisam, carlota i ceba cruixent Fruita de temporada i pa
18	DEGUSTACIÓ BRASIL	20	21	22
Crema de llegums (fesols i cigrons) i hortalisses amb tostons casolans Goulash de porc en salsa Creïlla panadera al forn Fruita de temporada i pa	Macarrons integrals a la bolonyesa Bacaladilla al forn en salsa mery Amanida d'encisam, carlota i ou logurt natural amb macedònia tropical i pa 	Favada vegetal (fesols amb verdures) Truita de creïlla Amanida d'encisam, olives i remolatxa Fruita de temporada i pa	Paella valenciana Bastonets de pa amb hummus de cigrons Amanida d'encisam, tomaca i olives Fruita de temporada i pa	Bollit valencia (creïlla, bajoqueta, carlota i ceba) Pollastre fregit amb empanat casolà Samfaina amb verdures Fruita de temporada i pa
25	26	27	28	JORNADA MEXICANA
Guisat de creïlles, verdura i vedella Lluç en tempura casolana Amanida d'encisam, col, carlota i poma Fruita de temporada i pa	Pasta integral saltada amb verdures Pizza cassolana de cigrons amb tomaca i formatge Amanida d'encisam, dacs a i remolatxa Fruita de temporada i pa	Crema de carabasseta amb tostons casolans Mandonguilles a la jardinera amb pésols i carlota Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vinagreta Fruita de temporada i pa	Llentilles ecològiques amb verdures i pernil serrà Truita francesa Dacs a saltada Fruita de temporada i pa 	Arròs a la mexicana (carlota, pésols i tomaca) saltat "quesadilla" de pollastre i formatge Natxos Batut ranxer de plàtan amb fideus de xocolata pur i pa

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/Arròs
 Pasta/Arròs	 Verdura
 Llegums	 Verdura  Pasta/Arròs

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

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	Día	Ordre	Plat														
					GLUTEN	LLET	OU	PEIX	MOLLUSCS	CRUSTACIS	CACAUTS	FRUITS CÀSCARA	SOJA	SESAM	MOSTASSA	API	ALTRAMUCCES	SULFITS
Basal	Setmana 1	Dilluns	Primer					4	5									
			Segon															
			Guarnició	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.														
		Dimarts	Primer														14	
			Segon															
			Guarnició															
		Dimecres	Primer															
			Segon			1	2	3					8	9	10			14
			Guarnició															
		Dijous	Primer			1								9				
			Segon															
			Guarnició															
		Divendres	Primer	-														
			Segon	-														
			Guarnició	-														
	Setmana 2	Dilluns	Primer	Arròs melós de xampinyons														
			Segon	Croquetes de pernil	1	2	3	4	5				9				14	
			Guarnició	Amanida d'encisam, carlota i ou			3											
		Dimarts	Primer	Macarrons integrals a la napolitana (salsa de	1								9					
			Segon	Salmó al forn amb anet														
			Guarnició	Bròcoli saltat														
		Dimecres	Primer	Olla de llentilles eco	1													
			Segon	Fajitas de bolonyesa vegetal (amb soja textur	1	2	3					8	9	10	11	12	14	
			Guarnició	Amanida d'encisam, tomaca i tonyina				4										
		Dijous	Primer	Crema de carlota amb tostons	1								9					
			Segon	Pernilets de pollastre marinat a la llima i rom														
			Guarnició	Creïlles dau														
		Divendres	Primer	Olla de cigrons amb xoriço		2							9				14	
			Segon	Truita de creïlla			3											
			Guarnició	Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs														
	Setmana 3	Dilluns	Primer	Llentilles eco guisades a l'estil tradicional an	1													
			Segon	Hamburguesa al forn								9					14	
			Guarnició	Creïlles lluna al forn														
		Dimarts	Primer	Vichyssoise amb tostons casolans	1								9					
			Segon	Cuixeta de pollastre en salsa de carabasseta		2												
			Guarnició	Tomaca amb herbes provenzals														
		Dimecres	Primer	Guisat de creïlla i verdura													14	
			Segon	Milfulles de bolonyesa vegetal (amb soja text	1	2	3					8	9	10	11	12	14	
			Guarnició	Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vir		2												
		Dijous	Primer	Arròs al forn amb cigrons		2							9					
			Segon	Lluç amb salsa verda				4										
			Guarnició	Amanida d'encisam, dacsa i remolatxa														
		Divendres	Primer	Espaguetis integrals saltats amb espinacs i r	1	2							9					
			Segon	Truita francesa amb formatge		2	3											
			Guarnició	Amanida d'encisam, carlota i ceba cruixent	1								9					
	Setmana 4	Dilluns	Primer	Crema de llegums (fesols i cigrons) i hortalis:	1								9					
			Segon	Goulash de porc en salsa	1								9				14	
			Guarnició	Creïlla panadera al forn														
		Dimarts	Primer	Macarrons integrals a la bolonyesa	1	2	3						9		11		14	
			Segon	Bacaladilla al forn en salsa mery				4										
			Guarnició	Amanida d'encisam, carlota i ou			3											
		Dimecres	Primer	Favada vegetal (fesols amb verdures)														
			Segon	Truita de creïlla			3											
			Guarnició	Amanida d'encisam, olives i remolatxa														
		Dijous	Primer	Paella valenciana														
			Segon	Bastonets de pa amb hummus de cigrons	1	2					7		9	10				
			Guarnició	Amanida d'encisam, tomaca i olives														
		Divendres	Primer	Bollit valencia (creïlla, bajoqueta, carlota i ce														
			Segon	Pollastre fregit amb empanat casolà	1	2												
			Guarnició	Samfaina amb verdures														
	Setmana 5	Dilluns	Primer	Guisat de creïlles, verdura i vedella														
			Segon	Lluç en tempura casolana														
			Guarnició	Amanida d'encisam, col, carlota i poma														
		Dimarts	Primer	Pasta integral saltada amb verdures														
			Segon	Pizza cassolana de cigrons amb tomaca i for		2												
			Guarnició	Amanida d'encisam, dacsa i remolatxa														
		Dimecres	Primer	Crema de carabasseta amb tostons casolan:	1								9					
			Segon	Mandonguilles a la jardinerà amb pésols i ca		2	3						9				14	
			Guarnició	Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vir		2												
		Dijous	Primer	Llentilles ecològiques amb verdures i pernil s	1													
			Segon	Truita francesa			3											
			Guarnició	Dacsa saltada														
		Divendres	Primer	Arròs a la mexicana (carlota, pésols i tomaca														
			Segon	"quesadilla" de pollastre i formatge	1	2	3					8	9	10	11		14	
			Guarnició	Natxos														

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.