

MARÇ 2026

DILLUNS				DIMARTS				DIMECRES				DIJOUS				DIVENDRES				
SETMANA 1	2	E	Amanida ECO	KCAL: 702.16 HC: 70.87 P: 31.70 G: 32.39	3	E	Amanida	KCAL: 800.21 HC: 92.64 P: 28.94 G: 34.89	4	E	Amanida ECO	KCAL: 688.31 HC: 55.40 P: 32.68 G: 36.79	5	E	Amanida	KCAL: 823.90 HC: 83.58 P: 53.92 G: 30.39	6	E	Amanida	KCAL: 784.54 HC: 100.49 P: 31.10 G: 28.64
	1º	Crema de verdures Topping dacsa cruixent			1º	Espirals integrals amb salsa de moniato ECO 🌾			1º	Arròs amb tomaca fregida casolana			1º	Cigrons estofats amb moniato (creïlla,carlota,moniato...)			1º	Caldo d'ossos amb lletres 🌾		
	2º	Hamburguesa de pollastre amb creïlles			2º	Tilapia amb all i julivert 🐟			2º	Ous remenats 🍳			2º	Abadejo arrebossat 🌾🐟			2º	Pollastre en pepitoria		
	P	Fruita del temps			P	Fruita del temps			P	Fruita del temps			P	Fruita del temps			P	Lacti 🥛		
	S	Xips de verdures+ Aletes de pollastre +logurt natural			S	Sopa de verdures amb caragolets i carlota+ logurt Natural			S	Amanida amb maduixes+ Truita amb pernil +Fruita del temps			S	Bròcoli amb pollastre al curri +logurt natural			S	Amanida multicolor +hamburguesa de carlota i formatge+ logurt natural		
SETMANA 2	9	E	Amanida	KCAL: 639.96 HC: 63.50 P: 24.94 G: 29.82	10	E	Amanida	KCAL: 713.28 HC: 80.58 P: 40.54 G: 25.48	11	E	Amanida	KCAL: 716.68 HC: 83.36 P: 25.59 G: 31.19	12		Amanida	KCAL: 803.77 HC: 85.26 P: 33.39 G: 36.55	13	E	Amanida	KCAL: 780.39 HC: 91.37 P: 24.31 G: 35.31
	1º	Crema de carabassa ECO (carabassa,carlota,ceba...) Topping ceba crunxi			1º	Potage de llentilles amb verdures(carlota, creïlla, espinacs)			1º	Macarrons amb bolonyesa veggio (carlota, alberginia,tomaca, soja texturada 🌱🌾)			1º	Sopa juliana amb lletres 🌾			1º	Arròs de pollastre, pèsols i carlota		
	2º	Lluç al forn amb dacsa 🐟			2º	Pollastre al curri amb pèsols 🍲			2º	Lluç amb carlota saltada 🐟			2º	Mandonguilles de pollastre amb creïlles			2º	Truita de creïlles amb ceba 🍳		
	P	Fruita del temps			P	Fruita del temps			P	Fruita del temps ECO			P	Fruita del temps			P	Lacti 🥛		
	S	Bacallà amb tomaca i creïlla bollida+logurt natural			S	Croquetes casolanes de floricol amb salmó i formatge tendre+ logurt natural			S	Boquetes de titot amb hummus de carabassa rostida +Gelatina			S	Lasanya d' alberginia amb tonyina i mozzarella+ logurt natural			S	Muntats de pa amb tomaca ,alvocat i companatge +logurt natural		
SETMANA 3	16	E	Amanida	KCAL: 799.83 HC: 96.40 P: 32.99 G: 31.30	17	E	Amanida	KCAL: 965.42 HC: 101.38 P: 42.82 G: 43.16	18	E	Amanida BIO	KCAL: 900.97 HC: 126,05 P: 27,24 G: 31,97	19				20	E		
	1º	Espirals integrals napolitana 🌾			1º	Sopa de putxero amb fideus 🌾			1º	Potatge de cigrons amb verdura			1º				1º			
	2º	Ventresca de lluç a la llima 🐟			2º	Putxero amb pilota 🌾 (creïlla,carlota,pollastre...)			2º	Cordonblue de titot al forn 🌾🍲🍳			2º	FESTIU			2º	NO LECTIU		
	P	Fruita del temps ECO			P	Fruita del temps			P	Fruita del temps			P				P			
	S	Daus de creïlla al forn+ Ous a la planxa + Fruita del temps			S	Espirals de carabasseta amb taquets de titot i tomaques cherri+ Fruita del temps			S	Truita francesa+ pa amb tomaca+ Fruita del temps			S				S			
SETMANA 4	23	E	Amanida	KCAL: 762.5 HC: 80.27 P: 41.65 G: 30.50	24	E	Amanida	KCAL: 721.79 HC: 60.29 P: 43.09 G: 34.31	25	E	Amanida	KCAL: 774.33 HC: 85.38 P: 43.25 G: 28.85	26	E	Amanida	KCAL: 838.60 HC: 93.89 P: 33.13 G: 36.72	27	E	Amanida	KCAL: 730.95 HC: 72.86 P: 46.14 G: 28.36
	1º	Puré de carlota ECO (carlota, ceba,creïlla)			1º	Estofat de vedella (creïlla,carlota,vedella...)			1º	Espirals amb salsa napolitana 🌾			1º	Arròs al forn (magre,botifarra ,blanquet...)			1º	Llentilles a la jardineria (creïlla,ceba,all,carlota)		
	2º	Magre en salsa amb couscous 🌾			2º	Regirat de ou 🍳			2º	Filet de lluç amb carlota 🐟			2º	Croquetes de pollastre 🍲🍳🌾🍲			2º	Cuixetes de pollastre a les fines herbes		
	P	Fruita del temps			P	Fruita del temps			P	Fruita del temps ECO			P	Fruita del temps			P	Lacti 🥛		
	S	Sopa de pasta amb ou dur +logurt natural			S	Guisat de calamar i cloïsses+ Fruita del temps			S	Pollastre amb salsa de champinyons i quinoa + Fruita del temps			S	Truita de carabasseta i carlota+Alvocat+ Fruita del temps			S	Amanida+Pastissets casolans amb verdures, tomaca i ou+ Gelatina		
SETMANA 5	30	E	Amanida	KCAL: 775.46 HC: 84,72 P: 39,34 G: 31.01	31	E	Amanida	KCAL: 759.99 HC: 77.23 P: 32.24 G: 35.80												
	1º	Corbatins tricolor al pesto 🌾🍲🍳			1º	Crema vichyssoise (porro,creïlla,ceba...) Topping crostons casolans 🌾														
	2º	Tilapia amb carlota saltada 🐟			2º	Pit de pollastre rostit amb creïlles														
	P	Fruita del temps			P	Fruita del temps BIO														
	S	Regirat de verdures amb pernil+Fruita del temps			S	Tomaca cherri+Lluç a la marinera +logurt natural														

ICONOS ALÉRGENOS



PLANIFIQUEM ELS MENUS SEGUINT LES DIRECTRIUS DE LA GUIA DE MENJADORS ESCOLARS DE LA GENERALITAT VALENCIANA
Cristina Andrés Ferrer,Dietista-Nutricionista ,nº col CV00007 ha supervisat el menú i ha proposat els sopa
Les amanides son variades segons temporada, comptant sempre amb almenys 5 ingredients(Encisam,carlota,tomaca,cogombre,dacsa)
*PER A DIETES AUTORIZADES SUBSTITUÏM PER CARN DE POLLASTRE, PEIX O PRODUCTES VEGANS.
UNA VEGADA A LA SETMANA EL PA SERÀ INTEGRAL.