



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
<p>Lletuga, safanòria, olives 01</p> <p>Crema de safanòria, poma i gingebre</p> <p>Mandonguilles a la santanderina carn de porc al forn en salsa amb julivert, timó i pebre roig</p> <p>Fruita</p> <p><i>SOPAR: Menestra gratinada i pollastre rostit. Fruita</i></p>	<p>Lletuga, llombarda, dacsa 02</p> <p>Arròs amb salsa de tomaca</p> <p>Lluç en salsa de porros al forn</p> <p>Fruita</p> <p><i>SOPAR: Amanida de creïlla i regirat d'espàrrecs. Fruita</i></p>	<p>Lletuga, tomaca, safanòria 03</p> <p>Fesols a la jardineria guisades amb ceba, carlota, carabasseta i pimentó</p> <p>Truita de creïlla logurt</p> <p><i>SOPAR: Panzanella i peix blau en salsa anet. Fruita</i></p>	<p>Lletuga, dacsa, olives 04</p> <p>Macarrons integrals italiana amb tomaca i formatge</p> <p>Abadejo rostit al forn</p> <p>Fruita</p> <p><i>SOPAR: Carabasseta enccebada i magre estofat. Fruita</i></p>	<p>Lletuga, remolatxa, cogombre 05</p> <p>Lentilles ECO camperoles guisades amb creïlla, ceba, safanòria i carabasseta</p> <p>Cuixa de pollastre en pepitòria al forn amb salsa d'hortalisses</p> <p>Fruita</p> <p><i>SOPAR: Tomaca a la provençal i guisat de peix blanc. Fruita</i></p>
<p>Lletuga, safanòria, llombarda 08</p> <p>Crema de carabasseta amb formatge</p> <p>Llom a les herbes provençals amb guarnició de pèsols al forn</p> <p>Fruita</p> <p><i>SOPAR: Tacs de peix blanc amb braves de moniato. Fruita</i></p>	<p>Lletuga, dacsa, olives 09</p> <p>Cigrons amb verdures guisats</p> <p>Truita de creïlla i carabasseta Fruita</p> <p><i>SOPAR: Titot a la taronja amb albergínia rostida. Fruita</i></p>	<p>Lletuga, tomaca, safanòria, dacsa 10</p> <p>olives</p> <p>Arròs del senyoret amb peix i marisc</p> <p>Ou dur amb formatge logurt artesà</p> <p><i>SOPAR: Crema de safanòria i llom en salsa. Fruita</i></p>	<p>Lletuga, safanòria, remolatxa 11</p> <p>Fesols a l'hortelana guisades amb hortalisses</p> <p>Aletes de pollastre rostides al forn</p> <p>Fruita</p> <p><i>SOPAR: Wok de verdures i peix blau a la sal. Fruita</i></p>	<p>Lletuga, tomaca, safanòria, 12</p> <p>Macarrons integrals napolitana amb tomaca, carabasseta, ceba, porro i formatge</p> <p>Salmó al forn amb salsa de soja, mel i llima Fruita</p> <p><i>SOPAR: Escalivada i truita de xampinyons. Fruita</i></p>
<p>Lletuga, safanòria, olives 15</p> <p>Guisat de llentilles ECO amb verdures amb tomaca triturada, creïlla, pastanaga i ceba</p> <p>Bacallà arrebossat Fruita</p> <p><i>SOPAR: Amanida grega i llom en adob casolà. Fruita</i></p>	<p>Lletuga, llombarda, safanòria, 16</p> <p>dacsa</p> <p>Crema mediterrània amb creïlla, ceba, safanòria i porro</p> <p>Cuixa de pollastre al ximixurri al forn amb mix d'espècies</p> <p>Fruita</p> <p><i>SOPAR: Verdures a la provençal i peix blau al curri. Fruita</i></p>	<p>Lletuga, tomaca, safanòria 17</p> <p>Cigrons camperols guisats amb ceba, carlota, carabasseta i pimentó</p> <p>Truita de creïlla i ceba Fruita</p> <p><i>SOPAR: Pèsols saltats amb ceba i pollastre rostit amb verdures. Fruita</i></p>	<p>Lletuga, remolatxa, cogombre 18</p> <p>Arròs tres delícies amb safanòria, pèsols i fiambre de pavo</p> <p>Filet de lluç amb amaniment d'all i julivert al forn</p> <p>Fruita</p> <p><i>SOPAR: Sopa juliana i ou planxa. Fruita</i></p>	<p>Lletuga, tomaca, safanòria, dacsa 19</p> <p>olives</p> <p>Macarrons integrals en salsa bolonyesa i formatge gratinat amb carn picada de porc i tomaca</p> <p>Ou dur amb formatge Gelatinat</p> <p><i>SOPAR: Bollit valencià amb peix blanc. Fruita</i></p>
22 Festiu	23 Festiu	24 Festiu	25 Festiu	26 Festiu

29
Festiu

30
Festiu

INFORMACIÓ PER A AL·LÈRGICS /INTOLERANTS/NECESSITATS ESPECIALS:
Aquest menú no és apte per a persones que patixen al·lèrgies o intoleràncies alimentàries ja que conté els al·lèrgens més comuns en la població (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la direcció del menjador, aportant el certificat mèdic perquè el responsable sol·liciti diàriament un menú dissenyat i cuinat atenent a aquesta prescripció. Nota: en cas de necessitat especial pot sol·licitar al seu centre els al·lèrgens que componen els plats servits.



SABIES QUE

Delecta't amb el nostre menú diari acompanyat d'un pa deliciós, amb pa integral 2 vegades a la setmana!

JUNY FRUITA DE TEMPORADA:
Bresquilla, nectarina, paraguaià, poma, pera i plàtan.

CONSELLS SALUDABLES

Beure aigua és molt important quan comença la calor. Porta sempre la teua botella i dona xicotets xarups al llarg del dia. Mantent fresc i amb energia per a aprendre!

- Ingredientes ECO
- De temporada
- Gastronomía local
- Proteína vegetal
- Pescado sostenible
- Fuente de omega 3
- Sugerencia CENA
- Día menú temático
- * Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.

Valor nutricional

(Promedi diari del menjar de mig dia)

Energia	Creix	ACS
4008kj		
958kcal	50.2g	10.9g
Hidrats de Carboni	Sucres	Proteïnes
87g	21.3g	33.1g
		2.6g