

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29	30	01	02	03
		Sopa de putxero amb fideus Pernilets de pollastre amb salsa de carabasseta Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vinagreta Fruita de temporada i pa integral de massa mare	Macarrons eco amb bolonyesa vegetal Abadejo al forn Amanida d'encisam, carlota i ceba cruixent Fruita de temporada i pa integral	Arròs rossejat Remenat d'ou Amanida d'encisam, dacsca i remolatxa logurt natural i pa
06	07	08	09	10
Espaguetis eco a la napolitana Limanda a la meniere Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs Fruita de temporada i pa	Favada vegetal Truita de creïlla Amanida d'encisam, olives i remolatxa Fruita de temporada i pa integral	Arròs del senyoret Pa torrat amb samfaina  Amanida d'encisam, tomaca i tonyina Coca de llanda i pa	 FESTIU	 FESTIU
13	14	15	16	17
Guisat de creïlles amb vedella Truita francesa Carbassó saltejat Fruita de temporada i pa	Paella valenciana Lluç al forn Amanida d'encisam, col, carlota i poma Fruita de temporada i pa integral	Sopa de fideus amb cigrons Pollastre al forn Xampinyons saltats logurt natural i pa	Llentilles a la mediterrànea Croque-monsieur Amanida d'encisam, dacsca i remolatxa Fruita de temporada i pa	Fideus a la cassola Bastonets de pa amb hummus de cigrons Amanida d'encisam, carlota i ceba cruixent Macedònia de fruites i pa integral de massa mare
20	21	22	23	24
Llentilles de l'horta Truita de creïlla Amanida d'encisam, tomaca i tonyina Fruita de temporada i pa	 Hui tries tu! galets carbonara o napolitana Salmó setinat amb salsa teriyaki Amanida d'encisam, carlota i espàrrecs Fruita de temporada i pa	Arròs a la cubana Pèsols saltats amb pernil serrà Amanida d'encisam, olives i remolatxa Fruita de temporada i pa integral de massa mare	Crema de carabasseta amb tostons cassolans Magre amb salsa de poma Amanida d'encisam, dacsca i remolatxa logurt natural i pa sense gluten	Sopa marinera Pollastre marinat a la llima i romer Creïlla panadera al forn Fruita de temporada i pa integral
27	28	29	30	31
Bullit valencià de bajoqueta Cinta de llom a la planxa Carlota saltada Fruita de temporada i pa integral de massa mare	Sopa de putxero Fajitas de bolonyesa vegetal Amanida d'encisam, tomaca i dacsca Fruita de temporada i pa sense gluten	Arròs al forn Remenat d'ou Amanida d'encisam, tomaca, mozzarella i vinagreta Fruita de temporada i pa integral	 Fèsols estofats amb verdures Pizza de tonyina, xampinyons i formatge Amanida d'encisam, dacsca i remolatxa Fruita de temporada i pa	Espaguetis eco amb salsa de carabassa Abadejo al forn Amanida d'encisam, carlota i ceba cruixent logurt natural amb xarop de fruits rojos i pa sense gluten

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

Aprende jugando es más divertido! 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



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