

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

29

30

1

2

3

Mongetes blanques saltejades amb all i julivert
Pit de pollastre empanat
Amanida d'enciam i olives
logurt natural sense sucre

Col amb patata saltejada
Porc amb salsa de poma
Fruita

Cigrons a la provençal
Trita de carbassó
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

6

Festa



7

Festa



8

Festa



9

Arròs integral amb tomàquet
Trita francesa
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
logurt natural sense sucre



10

Crema de pastanaga
Burrito de fesols
Amanida d'enciam i olives
Fruita

13

Llenties estofades amb hortalisses
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita



14

Amanida completa amb tomàquet, poma, nous i blat de moro
Mongetes blanques a l'estil anglès
Fruita



15

Arròs integral amb verdures
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural sense sucre



16

Escudella barrejada
Pollastre al forn amb taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita



17

Bledes amb patata
Canelons de carn gratinats
Fruita

20

Patates guisades amb hortalisses
Trita de cavalla
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita



21

Sopa de Nadal
Pollastre de Nadal
Neules i torrons
Got de refresc de taronja sense gas ni sucres afegits



22

Pica pica
Pizza casolana de pernil
Fruita



23

Festa



24

Festa



CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt 100% ecològic i sense sucre
Proteïna vegetal ecològica
Verdura fresca (primers plats)



Arròs
Pasta
Pa blanc integral tots els dies
Cereals



Arròs
Mensualment peix fresc de mercat
Fruita de temporada
Verdura fresca (primers plats)

a més a més

Oli d'oliva
Sal iodada
Carns blanques d'origen català
Vedella de Girona

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplai.escola@fundesplai.org

