

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3

Festa

4

Festa

5

Festa

6

Festa

7

Festa

10

Arròs integral amb tomàquet
Bunyols de bacallà
Guarnició de pastanaga i olives
Pinya en el seu suc

11

Llenties amb moniato
Pit de pollastre amb salsa de formatge
Fruita

12

Macarrons amb verdures
Estofat de soja ECO
Fruita

13

Crema de llegums
Trita a la paisana
Amanida d'enciam i olives
Fruita

14

Bròquil amb patata
Daus de gall dindi a l'orenga
Amanida d'enciam i germinats
logurt natural ECO sense sucre

17

Llenties estofades amb hortalisses
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

18

Arròs integral amb verdures
Trita de cavalla
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

19

Amanida completa amb pastanaga, remolatxa i pera
Pastís de patata vegetal ECO
Fruita

20

Coliflor amb patata
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

21

Sopa de brou amb pistons
Canelons de carn gratinats
Crema catalana

24

Espinacs amb patata
Pollastre a l'allada
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

25

Escudella barrejada
Mandonguilles de vedella a la jardinera
Fruita

26

Rissoto de xampinyons
Lluç a la romana
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

27

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

28

Purè de verdures
Macarrons integrals a la bolonyesa de llenties
Formatge ratllat
Fruita

31

Arròs integral amb tomàquet
Calamars guisats amb patates i pèsols
Fruita

1

2

3

4

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

