

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
Truita de formatge
Amanida d'enciam i poma
Fruita



12

Macarrons ecològics amb verdures
Estofat de soja ECO
Fruita



13

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



14

Bròquil amb patata
Salsitxes vegetals al forn
Amanida d'enciam i germinats
Iogurt natural ECO sense sucre

17

Llenties estofades amb hortalisses
Bacallà al forn amb patates panadera
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita



18

Arròs integral amb verdures
Truita 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 vegetal amb pistons
Canelons de bacallà gratinats
Crema catalana

24

Espinacs amb patata
Truita de carbassó
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita



25

Brou vegetal
Mandonguilles vegetals a la jardineria
Fruita



26

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



27

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita de patates
Amanida d'enciam i olives
Iogurt 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

***Plat o producte sense carn, ni traces.**

#Producte especial sense carn.

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
Iogurt 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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3

Festa

4

Festa

5

Festa

6

Festa

7

Festa

10

Arròs integral amb tomàquet
Bacallà **arrebossat#**
Guarnició de pastanaga i olives
Pinya en el seu suc



11

Llenties* amb moniato
Pit de pollastre **amb salsa de formatge#**
(amb maicena)
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 (amb **pasta#**)
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# a la bolonyesa de **soja**
texturitzada#
Formatge ratllat
Fruita

31

Arròs integral amb tomàquet
Calamars guisats amb patates i pèsols
Fruita



1



2



3

S'utilitza pasta de blat de moro i arròs.
Totes les farines que es fan servir per
arrebossats, salses, etc. Són sense
gluten.



4

***Plat o producte sense gluten, ni**
traces.
#Plat o producte especial sense
gluten.

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



DILLUNS

3
Festa

10

Arròs integral amb tomàquet
Bacallà **arrebossat#**
Guarnició de pastanaga i olives
Pinya en el seu suc

17

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

24

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

31

Arròs integral amb tomàquet
Calamars guisats amb patates i pèsols
Fruita

DIMARTS

4
Festa

11

Llenties* amb moniato
Pit de pollastre a la planxa
Amanida d'enciam i cogombre
Fruita

18

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

25

Escudella barrejada (amb **pasta#**)
Mandonguilles* de vedella a la
jardinera
Fruita

1

DIMECRES

5
Festa

12

Macarrons# amb verdures
Estofat de soja# ECO
Fruita

19

Amanida completa amb pastanaga,
remolatxa i pera
Pastís de patata vegetal ECO#
(amb sofregit, sense làctics ni beixamel)
Fruita

26

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

2

DIJOUS

6
Festa

13

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

20

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

27

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita de patates
Amanida d'enciam i olives
logurt de soja#

3

**S'utilitza pasta de blat de moro i arròs.
Totes les farines que es fan servir per
arrebossats, salses, etc. Són sense
gluten.**

DIVENDRES

7
Festa

14

Bròquil amb patata
Daus* de gall dindi a l'orenga
Amanida d'enciam i germinats
logurt de soja#

21

Sopa de brou amb **pistons#**
Macarrons# amb tomàquet i trossets de
vedella
logurt de soja#

28

Puré de verdures
Macarrons# a la bolonyesa de **soja**
texturitzada#
Fruita

4

***Plat o producte sense gluten,
proteïna llet de vaca (PLV) ni traces.
#Plat o producte especial sense PLV
ni traces.**

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3

Festa

4

Festa

5

Festa

6

Festa

7

Festa

10

Arròs integral amb tomàquet
Bacallà **arrebossat#**
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 sense lactosa#

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 (**formatge
sense lactosa#**)
Fruita

20

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

21

Sopa de brou amb pistons
Macarrons amb tomàquet i trossets de
vedella
logurt natural sense lactosa#

24

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

25

Escudella barrejada
Mandonguilles de vedella a la jardineria
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 sense lactosa#

28

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

31

Arròs integral amb tomàquet
Calamars guisats amb patates i pèsols
Fruita

1

2

3

4

***Plat o producte sense lactosa, ni
traces.**
Producte especial sense lactosa

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3
Festa

4
Festa

5
Festa

6
Festa

7
Festa

10
Arròs integral amb tomàquet
Bacallà **arrebossat#**
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
Timbal de patates i hortalisses
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
Pannini de cavalla
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

19
Amanida completa amb pastanaga,
remolatxa i pera
Pastís de patata **vegetal* ECO**
(amb formatge sense lactosa#)
Fruita

20
Coliflor amb patata
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

21
Sopa de brou amb **pistons#**
Macarrons# amb tomàquet i trossets de
vedella
logurt natural ECO sense sucre

24
Espinacs amb patata
Pollastre a l'allada
Amanida d'enciam i **formatge#** fresc
Fruita

25
Escudella barrejada (amb **pasta#**)
Mandonguilles* de vedella a la
jardineria
Fruita

26
Rissoto de xampinyons (**formatge#**)
Lluç a la **romana#**
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

27
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Timbal de patates i hortalisses
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

28
Purè de verdures
Macarrons# a la bolonyesa de **llenties***
Formatge sense lactosa# ratllat
Fruita

31
Arròs integral amb tomàquet
Calamars guisats amb patates i pèsols
Fruita

1

2

3

4

***Plat o producte sense ou, ni traces.**
#Producte especial sense ou.

S'utilitza pasta de blat de moro i arròs. Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. Són sense gluten.

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



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 ecològics 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 bacallà 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 jardineria
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

Puré 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

***Plat o producte sense porc, ni traces.**

#Producte especial sense porc.

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



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
Trita de formatge
Amanida d'enciam i poma
Fruita



12

Macarrons ecològics 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
Luç al forn
Amanida d'enciam i germinats
logurt natural ECO sense sucre

17

Llenties estofades amb hortalisses
Bacallà al forn amb patates panadera
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 vegetal amb pistons
Canelons de bacallà gratinats
Crema catalana

24

Espinacs amb patata
Trita de carbassó
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita



25

Brou vegetal
Mandonguilles vegetals a la jardineria
Fruita



26

Rissoto de xampinyons
Luç 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

***Plat o producte sense carn, ni traces.**

#Producte especial sense carn.

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@fundesplai.org



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3
Festa

4
Festa

5
Festa

6
Festa

7
Festa

10

Arròs integral amb tomàquet
Bacallà **arrebossat***
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
Cigrons estofats amb hortalisses
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
(**amb picada de seitan i tofu***)
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 jardineria
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

***Plat o producte sense fruits secs ni traces.**

Producte especial sense fruits secs

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3

Festa

4

Festa

5

Festa

6

Festa

7

Festa

10

Arròs integral amb tomàquet
Croquetes de pollastre
Guarnició de pastanaga i olives
Pinya en el seu suc



11

Llenties amb moniato
Pit de pollastre amb salsa de formatge
Amanida d'enciam i poma
Fruita



12

Macarrons ecològics 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
Salsitxes vegetals al forn
Amanida d'enciam i germinats
Iogurt 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 a la francesa
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita



19

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



20

Coliflor amb patata
Seitan al forn
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita



21

Sopa de brou vegetal amb pistons
Canelons d'espínacs gratinats
Crema catalana

24

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



25

Brou vegetal
Mandonguilles vegetals a la jardineria
Fruita



26

Rissoto de xampinyons
Tofu 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
Iogurt natural ECO sense sucre



28

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

31

Arròs integral amb tomàquet
Trita de patates i guarnició de pèsols
Fruita



1



2



3



4

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
Iogurt 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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3
Festa

4
Festa

5
Festa

6
Festa

7
Festa

10

Arròs integral amb tomàquet casolà
Bacallà a la planxa
Guarnició de pastanaga i olives
Pinya en el seu suc

11

Llenties amb moniato
Pit de pollastre a la planxa
Amanida d'enciam i cogombre
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 desnatat 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
Macarrons amb tomàquet casolà i
trossets de vedella
logurt desnatat natural ECO sense sucre

24

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

25

Escudella barrejada
Bistec a la planxa amb guarnició de
jardinera
Fruita

26

Arròs amb xampinyons
Lluç a la planxa
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita

27

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

28

Purè de verdures
Macarrons integrals a la bolonyesa de
llenties
Fruita

31

Arròs integral amb tomàquet casolà
Calamars a la planxa amb guarnició de
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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3

Festa

4

Festa

5

Festa

6

Festa

7

Festa

10

Arròs integral amb tomàquet
Croquetes d'espinacs
Guarnició de pastanaga i olives
Pinya en el seu suc



11

Llenties amb moniato
Truita de formatge
Amanida d'enciam i poma
Fruita



12

Macarrons ecològics amb verdures
Estofat de soja ECO
Fruita



13

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



14

Bròquil amb patata
Salsitxes vegetals al forn
Amanida d'enciam i germinats
Iogurt natural ECO sense sucre

17

Llenties estofades amb hortalisses
Timbal de patates i horatisses
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita



18

Arròs integral amb verdures
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita



19

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



20

Coliflor amb patata
Seitan al forn
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita



21

Sopa de brou vegetal amb pistons
Canelons d'espinacs gratinats
Crema catalana

24

Espinacs amb patata
Truita de carbassó
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita



25

Brou vegetal
Mandonguilles vegetals a la jardineria
Fruita



26

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



27

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



28

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

31

Arròs integral amb tomàquet
Truita de patates amb guarnició de
pèsols
Fruita



1



2



3



4

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
Iogurt 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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3

Festa

4

Festa

5

Festa

6

Festa

7

Festa

10

Arròs integral amb tomàquet
Croquetes d'espinacs
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
Truita 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
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

19

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

20

Coliflor amb patata
Seitan al forn
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 jardineria
Fruita

26

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

27

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita 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
Truita de patates amb guarnició de
pèsols
Fruita

1

2

3

4

***Plat o producte sense peix, marisc,
ni traces.**

**#Plat o producte especial sense
peix, ni marisc.**

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3
Festa

4
Festa

5
Festa

6
Festa

7
Festa

10

Arròs integral amb tomàquet
Croquetes d'espinacs
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 a la francesa
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

19

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

20

Coliflor amb patata
Rap* 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
Fogoner* 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
Fogoner* amb patates i pèsols
Fruita

1

2

3

***Plat o producte sense marisc, ni traces.**

#Plat especial sense marisc.

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

