

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

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

5
FESTA

6
Arròs integral amb verdures
Gall de Sant Pere al forn amb salsa verda
Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO sense sucre

7
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Trita a la francesa
Amanida d'escarola i pipes de gira-sol
Fruita

8
Tortel-linis de formatge amb salsa de tomàquet
Tofu al curri
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

2
FESTA

9
Coliflor amb patata
Egletí a la marinera
Fruita

12
Amanida de pasta vegetal
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

13
Mongetes pintes estofades amb hortalisses
Tofu al forn amb salsa de taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

14
Arròs integral amb verduretes i formatge ratllat
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam lollo rosa i pastanaga
logurt natural ECO sense sucre

15
Amanida completa amb tomàquet, poma, nous i blat de moro
Lassanya de llenties
Fruita

16
Pèsols amb patata
Fogoner amb salsa de tomàquet
Guarnició de juliana de verdures
Fruita

19
Col i patata
Palometa a la llauana
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

20
Crema de llegums
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

21
Amanida d'arròs (amb tomàquet, pastanaga i blat de moro)
Llenties estofades amb hortalisses
Fruita

22 **ÒPAT DE FI DE CURS**
Espaguetis a la carbonara sense carn
Hamburguesa vegetal amb patates fregides
Amanida d'enciam i olives
Gelats

23
VACANCES D'ESTIU

26
VACANCES D'ESTIU

27
VACANCES D'ESTIU

28
VACANCES D'ESTIU

29
VACANCES D'ESTIU

30
VACANCES D'ESTIU

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

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

DADES DE CONTACTE

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

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

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

1
Espinacs amb patata
Carn magra de porc amb salsa de poma
Fruita

2
FESTA

5
FESTA

6
Arròs integral amb verdures
Gall de Sant Pere al forn amb salsa verda
Amanida d'enciam i cogombre logurt natural ECO sense sucre

7
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Trita a la francesa
Amanida d'escarola i pipes de gira-sol
Fruita

8
Espirals# amb salsa de tomàquet
Pollastre **al curri***
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

9
Coliflor amb patata
Egolf amb **salsa de tomàquet***
Fruita

12
Amanida de **pasta#** vegetal
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

13
Mongetes pintes estofades amb hortalisses
Pollastre al forn amb salsa de taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

14
Arròs integral amb verdures i formatge ratllat
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam *lollo rosa* i pastanaga
logurt natural ECO sense sucre

15
Amanida completa amb tomàquet, poma, nous i blat de moro
Lassanya# amb pasta SCHAR ®# de lleties*
Fruita

16
Pèsols amb patata
Fogoner amb salsa de tomàquet
Guarnició de juliana de verdures
Fruita

19
Col i patata
Palometa a la llauna
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

20
Crema de **llegums***
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

21
Amanida d'arròs (amb tomàquet, pastanaga i blat de moro)
Lleties* estofades amb hortalisses
Fruita

22 **ÀPAT DE FI DE CURS**
Espaguetis# a la carbonara (amb **bacó***)
Hamburguesa* de vedella Halal amb patates **fregides***
Amanida d'enciam i olives
Gelat*
Refresc sense gas ni sucre

23
VACANCES D'ESTIU

26
VACANCES D'ESTIU

27
VACANCES D'ESTIU

28
VACANCES D'ESTIU

29
VACANCES D'ESTIU

30
VACANCES D'ESTIU

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

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

DADES DE CONTACTE

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



DILLUNS

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

DIMARTS

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

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

5

FESTA

12

Amanida* de pasta# vegetal
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

19

Col i patata
Palometa a la llauna
Amanida d'enciam
(#sense formatge ni làctics)
Fruita

26

VACANCES D'ESTIU

6

Arròs integral amb verdures
Gall de Sant Pere al forn amb salsa verda
Amanida d'enciam i cogombre
logurt de soja#

13

Mongetes pintes estofades amb hortalisses
Pollastre al forn amb salsa de taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

20

Crema de llegums*
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

27

VACANCES D'ESTIU

7

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Trita a la francesa
Amanida d'escarola i pipes de gira-sol
Fruita

14

Arròs integral amb verdures (#sense formatge ni làctics)
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam lollo rosa i pastanaga
logurt de soja#

21

Amanida* d'arròs (amb tomàquet, pastanaga i blat de moro)
Lienties* estofades amb hortalisses
Fruita

28

VACANCES D'ESTIU

1

Espinacs amb patata
Carn magra de porc amb salsa de poma
Fruita

8

Espirals# amb salsa de tomàquet
Pollastre **condimentat amb curri#**
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

15

Amanida* completa amb tomàquet, poma, nous i blat de moro
Lassanya# amb pasta **SCHAR** ®# de **lenties***
Fruita

22 **ÒPAT DE FI DE CURS**

Espaguetis# amb salsa de tomàquet
Hamburguesa* de vedella Halal amb patates **fregides***
Amanida d'enciam i olives
Gelat#
Refresc sense gas ni sucre

29

VACANCES D'ESTIU

2

FESTA

9

Coliflor amb patata
Egletí amb **salsa de tomàquet***
Fruita

16

Pèsols amb patata
Fogoner amb salsa de tomàquet
Guarnició de juliana de verdures
Fruita

23

VACANCES D'ESTIU

30

VACANCES D'ESTIU

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

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

DADES DE CONTACTE

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

***Plat o producte sense lactosa, ni traces. Revisar etiquetatge del producte.**

Producte especial sense lactosa

5

FESTA



6

Arròs integral amb verdures
Gall de Sant Pere al forn amb salsa verda
Amanida d'enciam i cogombre
logurt natural sense lactosa#



7

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Trita a la francesa
Amanida d'escarola i pipes de gira-sol
Fruita



8

Espirals# amb salsa de tomàquet
Pollastre **al curri#** (amb **llet#**)
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita



2

FESTA

9

Coliflor amb patata
Egelif amb **salsa de tomàquet***
Fruita

12

Amanida* de pasta vegetal
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita



13

Mongetes pintes estofades amb hortalisses
Pollastre al forn amb salsa de taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita



14

Arròs integral amb verdures i **formatge ratllat#**
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam *lollo rosa* i pastanaga
logurt natural sense lactosa#



15

Amanida* completa amb tomàquet, poma, nous i blat de moro
Lassanya de lleties (amb **formatge#**)
Fruita



16

Pèsols amb patata
Fogoner amb salsa de tomàquet
Guarnició de juliana de verdures
Fruita

19

Col i patata
Palometa a la llauana
Amanida d'enciam i **formatge fresc#**
Fruita



20

Crema de llegums
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita



21

Amanida d'arròs (amb tomàquet, pastanaga i blat de moro)
Lleties estofades amb hortalisses
Fruita



22 **ÒPAT DE FI DE CURS**

Espaguetis a la **carbonara#** (amb **bacó*** i **llet#**)
Hamburguesa de vedella Halal amb patates fregides
Amanida d'enciam i olives
Gelat#
Refresc sense gas ni sucre



23

VACANCES D'ESTIU

26

VACANCES D'ESTIU



27

VACANCES D'ESTIU



28

VACANCES D'ESTIU



29

VACANCES D'ESTIU



30

VACANCES D'ESTIU

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

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

DADES DE CONTACTE

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

***Plat o producte sense ou, ni traces. Revisar etiquetatge del producte.**

#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.

1
Espinacs amb patata
Carn magra de porc amb salsa de poma
Fruita

2
FESTA

5
FESTA

6
Arròs integral amb verdures
Gall de Sant Pere al forn amb salsa verda
Amanida d'enciam i cogombre
logurt natural ECO sense sucre

7
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita amb farina de cigrò (**sense ou**)
Amanida d'*escarola* i pipes de gira-sol
Fruita

8
Espirals# amb salsa de tomàquet
Pollastre al curri
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

9
Coliflor amb patata
Egletí amb **salsa de tomàquet***
Fruita

12
Amanida de **pasta#** vegetal
Truita de patates amb farina de cigrò (**sense ou**)
Amanida d'enciam i olives
Fruita

13
Mongetes pintes estofades amb hortalisses
Pollastre al forn amb salsa de taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

14
Arròs integral amb verdures i **formatge ratllat#**
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam *lollo rosa* i pastanaga
logurt natural ECO sense sucre

15
Amanida completa amb tomàquet, poma, nous i blat de moro
Lassanya# amb **pasta ORGRAN @#** de llenties
Fruita

16
Pèsols amb patata
Fogoner amb salsa de tomàquet
Guarnició de juliana de verdures
Fruita

19
Col i patata
Palometa a la llauna
Amanida d'enciam i **formatge fresc#**
Fruita

20
Crema de llegums
Truita de patates amb farina de cigrò (**sense ou**)
Amanida d'enciam i olives
Fruita

21
Amanida d'arròs (amb tomàquet, pastanaga i blat de moro)
Llenties estofades amb hortalisses
Fruita

22 **ÒPAT DE FI DE CURS**
Espaguetis# a la carbonara (amb **bacó***)
Hamburguesa* de vedella Halal amb patates **fregides***
Amanida d'enciam i olives
Gelat *
Refresc sense gas ni sucre

23
VACANCES D'ESTIU

26
VACANCES D'ESTIU

27
VACANCES D'ESTIU

28
VACANCES D'ESTIU

29
VACANCES D'ESTIU

30
VACANCES D'ESTIU

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

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

DADES DE CONTACTE

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

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

#Producte especial sense porc.

5

FESTA



6

Arròs integral amb verdures
Gall de Sant Pere al forn amb salsa verda
Amanida d'enciam i cogombre
logurt natural ECO sense sucre



7

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita a la francesa
Amanida d'escarola i pipes de gira-sol
Fruita



8

Tortel-linis de formatge amb salsa de tomàquet
Pollastre al curri
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita



2

FESTA

9

Colíflor amb patata
Egletí a la marinera
Fruita

12

Amanida de pasta vegetal
Truita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita



13

Mongetes pintes estofades amb hortalisses
Pollastre al forn amb salsa de taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita



14

Arròs integral amb verduretes i formatge ratllat
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam *lollo rosa* i pastanaga
logurt natural ECO sense sucre



15

Amanida completa amb tomàquet, poma, nous i blat de moro
Lassanya de lleties
Fruita



16

Pèsols amb patata
Fogoner amb salsa de tomàquet
Guarnició de juliana de verdures
Fruita

19

Col i patata
Palometa a la llauna
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita



20

Crema de llegums
Truita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita



21

Amanida d'arròs (amb tomàquet, pastanaga i blat de moro)
Lleties estofades amb hortalisses
Fruita



22 **ÒPAT DE FI DE CURS**

Espaguetis a la carbonara sense carn
Hamburguesa de vedella Halal amb patates fregides
Amanida d'enciam i olives
Gelats
Refresc sense gas ni sucre



23

VACANCES D'ESTIU

26

VACANCES D'ESTIU



27

VACANCES D'ESTIU



28

VACANCES D'ESTIU



29

VACANCES D'ESTIU



30

VACANCES D'ESTIU

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

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplai@fundesplai.org



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

*Plat o producte sense carn, ni traces.

#Producte especial sense carn.

5

FESTA

6

Arròs integral amb verdures
Gall de Sant Pere al forn amb salsa verda
Amanida d'enciam i cogombre
logurt natural ECO sense sucre

7

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Trita a la francesa
Amanida d'escarola i pipes de gira-sol
Fruita

8

Tortel-linis de formatge amb salsa de tomàquet
Tofu al curri
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

9

Coliflor amb patata
Egletí a la marinera
Fruita

12

Amanida de pasta vegetal
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

13

Mongetes pintes estofades amb hortalisses
Tofu al forn amb salsa de taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

14

Arròs integral amb verduretes i formatge ratllat
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam lollo rosa i pastanaga
logurt natural ECO sense sucre

15

Amanida completa amb tomàquet, poma, nous i blat de moro
Lassanya de llenties
Fruita

16

Pèsols amb patata
Fogoner amb salsa de tomàquet
Guarnició de juliana de verdures
Fruita

19

Col i patata
Palometa a la llauana
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

20

Crema de llegums
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

21

Amanida d'arròs (amb tomàquet, pastanaga i blat de moro)
Llenties estofades amb hortalisses
Fruita

22 ÒPAT DE FI DE CURS

Espaguetis a la carbonara sense carn
Hamburguesa vegetal amb patates fregides
Amanida d'enciam i olives
Gelats
Refresc sense gas ni sucre

23

VACANCES D'ESTIU

26

VACANCES D'ESTIU

27

VACANCES D'ESTIU

28

VACANCES D'ESTIU

29

VACANCES D'ESTIU

30

VACANCES D'ESTIU

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

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

DADES DE CONTACTE

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

5

FESTA

6
Arròs integral amb verdures
Gall de Sant Pere al forn amb salsa verda
Amanida d'enciam i cogombre
logurt **desnatat** natural ECO sense sucre

7
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Truita a la francesa
Amanida d'escarola i pipes de gira-sol
Fruita

1

Espinacs amb patata
Lluç a la planxa
Amanida d'enciam i poma
Fruita

2

FESTA

12

Amanida de pasta vegetal
Truita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

13
Mongetes pintes estofades amb hortalisses
Pollastre al forn amb salsa de taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

14

Arròs integral amb verduretes i formatge ratllat
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam *lollo rosa* i pastanaga
logurt **desnatat** natural ECO sense sucre

8

Tortel-linis de formatge amb salsa de tomàquet
Pollastre condimentat amb curri
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

9

Coliflor amb patata
Egletí a la marinera
Fruita

19

Col i patata
Palometa a la llauana
Amanida d'enciam i un tal petit de formatge fresc
Fruita

20
Crema de llegums
Truita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

21

Amanida d'arròs (amb tomàquet, pastanaga i blat de moro)
Llenties estofades amb hortalisses
Fruita

15

Amanida completa amb tomàquet, poma, nous i blat de moro
Lassanya de llenties
Fruita

16

Pèsols amb patata
Fogoner amb salsa de tomàquet
Guarnició de juliana de verdures
Fruita

26

VACANCES D'ESTIU

27

VACANCES D'ESTIU

28

VACANCES D'ESTIU

29

VACANCES D'ESTIU

30

VACANCES D'ESTIU

22 **ÀPAT DE FI DE CURS**

Espaguetis amb salsa de tomàquet
Carn magra de vedella Halal amb patates fregides
Amanida d'enciam i olives
logurt **desnatat** natural ECO sense sucre
Refresc sense gas ni sucre

23
VACANCES D'ESTIU

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENJES:



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

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

DADES DE CONTACTE

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

5

FESTA

6

Arròs integral amb verdures
Seitan al forn amb salsa verda
Amanida d'enciam i cogombre
logurt natural ECO sense sucre

7

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Trita a la francesa
Amanida d'escarola i pipes de gira-sol
Fruita

1

Espinacs amb patata
Tofu amb salsa de poma
Fruita

2

FESTA

8

Tortel-linis de formatge amb salsa de tomàquet
Pollastre al curri
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

9

Coliflor amb patata
Mandonguilles vegetals amb salsa de tomàquet
Fruita

12

Amanida de pasta vegetal
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

13

Mongetes pintes estofades amb hortalisses
Pollastre al forn amb salsa de taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

14

Arròs integral amb verduretes i formatge ratllat
Tofu amb verduretes
Amanida d'enciam lollo rosa i pastanaga
logurt natural ECO sense sucre

15

Amanida completa amb tomàquet, poma, nous i blat de moro
Lassanya de llenties
Fruita

16

Pèsols amb patata
Trita de juliana de verdures
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

19

Col i patata
Tofu a la llauana
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

20

Crema de llegums
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

21

Amanida d'arròs (amb tomàquet, pastanaga i blat de moro)
Llenties estofades amb hortalisses
Fruita

22 **ÒPAT DE FI DE CURS**

Espaguetis a la carbonara sense carn
Hamburguesa vegetal amb patates fregides
Amanida d'enciam i olives
Gelats
Refresc sense gas ni sucre

23

VACANCES D'ESTIU

26

VACANCES D'ESTIU

27

VACANCES D'ESTIU

28

VACANCES D'ESTIU

29

VACANCES D'ESTIU

30

VACANCES D'ESTIU

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENJES:



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

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

DADES DE CONTACTE

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

5

FESTA

6

Arròs integral amb verdures
Seitan al forn amb salsa verda
Amanida d'enciam i cogombre
logurt natural ECO sense sucre

7

Cigrons saltejats amb all i pebre
vermell
Truita a la francesa
Amanida d'escarola i pipes de gira-sol
Fruita

1

Espinacs amb patata
Tofu amb salsa de poma
Fruita

2

FESTA

8

Tortel-linis de formatge amb salsa de
tomàquet
Tofu al curri
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

9

Coliflor amb patata
Mandonguilles vegetals amb salsa de
tomàquet
Fruita

12

Amanida de pasta vegetal
Truita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

13

Amanida completa amb enciam,
taronja, formatge fresc i col llombarda
Mongetes pintes estofades amb
hortalisses
Fruita

14

Arròs integral amb verduretes i
formatge ratllat
Tofu amb verduretes
Amanida d'enciam *lollo rosa* i
pastanaga
logurt natural ECO sense sucre

15

Amanida completa amb tomàquet,
poma, nous i blat de moro
Lassanya de llenties
Fruita

16

Pèsols amb patata
Truita de juliana de verdures
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

19

Col i patata
Tofu a la llauana
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

20

Crema de llegums
Truita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

21

Amanida d'arròs (amb tomàquet,
pastanaga i blat de moro)
Llenties estofades amb hortalisses
Fruita

22 **ÒPAT DE FI DE CURS**

Espaguetis a la carbonara sense carn
Hamburguesa vegetal
amb patates fregides
Amanida d'enciam i olives
Gelats

23

VACANCES D'ESTIU

26

VACANCES D'ESTIU

27

VACANCES D'ESTIU

28

VACANCES D'ESTIU

29

VACANCES D'ESTIU

30

VACANCES D'ESTIU

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

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

DADES DE CONTACTE

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

*Tots els empanats i arrebossats s'elaboren sense ou ni làctics.

5

FESTA



6

Arròs integral amb verdures
Seitan al forn amb salsa verda
Amanida d'enciam i cogombre
logurt de soja



7

Cigrons saltejats amb all i pebre
vermell
Truita amb farina de cigrò (**sense** ou)
Amanida d'escarola i pipes de gira-sol
Fruita



8

Espirals amb salsa de tomàquet
Tofu condimentat amb curri (**sense** làctics)
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita



9

FESTA

Coliflor amb patata
Mandonguilles vegetals amb salsa de
tomàquet
Fruita

12

Amanida de pasta vegetal
Truita de patates amb farina de cigrò
(**sense** ou)
Amanida d'enciam i olives
Fruita



13

Amanida completa amb enciam,
taronja i col llombarda (**sense**
formatge ni làctics)
Mongetes pintes estofades amb
hortalisses
Fruita



14

Arròs integral amb verduretes
(**sense** formatge ni làctics)
Tofu amb verduretes
Amanida d'enciam *lollo rosa* i
pastanaga
logurt de soja



15

Amanida completa amb tomàquet,
poma, nous i blat de moro
Lassanya de llenties (**sense** formatge
ni làctics)
Fruita



16

Pèsols amb patata
Truita de juliana de verdures
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

19

Col i patata
Tofu a la llauana
Amanida d'enciam (**sense** formatge ni
làctics)
Fruita



20

Crema de llegums
Truita de patates amb farina de cigrò
(**sense** ou)
Amanida d'enciam i olives
Fruita



21

Amanida d'arròs (amb tomàquet,
pastanaga i blat de moro)
Llenties estofades amb hortalisses
Fruita



22 ÀPAT DE FI DE CURS

Espaguetis amb salsa de tomàquet
(**sense** formatge ni làctics)
Hamburguesa vegetal
amb patates fregides
Amanida d'enciam i olives
logurt de soja
Refresc sense gas ni sucre



23

VACANCES D'ESTIU

26

VACANCES D'ESTIU



27

VACANCES D'ESTIU



28

VACANCES D'ESTIU



29

VACANCES D'ESTIU



30

VACANCES D'ESTIU

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

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

DADES DE CONTACTE

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

***Plat o producte sense peix, marisc, ni traces. Revisar etiquetatge del producte.**

#Plat o producte especial sense peix, ni marisc.

FESTA

6
Arròs integral amb verdures
Seitan al forn amb salsa verda
Amanida d'enciam i cogombre
Iogurt natural ECO sense sucre

7
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
Trita a la francesa
Amanida d'escarola i pipes de gira-sol
Fruita

1
Espinacs amb patata
Carn magra de porc amb salsa de poma
Fruita
8
Tortel-linis de formatge amb salsa de tomàquet
Pollastre al curri
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

2
FESTA
9
Coliflor amb patata
Mandonguilles vegetals amb salsa de tomàquet
Fruita

12
Amanida de pasta vegetal
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

13
Mongetes pintes estofades amb hortalisses
Pollastre al forn amb salsa de taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

14
Arròs integral amb verdures i formatge ratllat
Tofu amb verdures
Amanida d'enciam *lollo rosa* i pastanaga
Iogurt natural ECO sense sucre

15
Amanida completa amb tomàquet, poma, nous i blat de moro
Lassanya de lleties
Fruita

16
Pèsols amb patata
Trita de juliana de verdures
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita

19
Col i patata
Tofu a la llauna
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

20
Crema de llegums
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

21
Amanida d'arròs (amb tomàquet, pastanaga i blat de moro)
Lleties estofades amb hortalisses
Fruita

22 **ÒPAT DE FI DE CURS**
Espaguetis a la carbonara
Hamburguesa de vedella Halal amb patates fregides
Amanida d'enciam i olives
Gelats
Refresc sense gas ni sucre

23
VACANCES D'ESTIU

26
VACANCES D'ESTIU

27
VACANCES D'ESTIU

28
VACANCES D'ESTIU

29
VACANCES D'ESTIU

30
VACANCES D'ESTIU

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

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

DADES DE CONTACTE

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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

*Plat o producte sense marisc, ni traces. Revisar etiquetatge del producte.

#Plat especial sense marisc

5

FESTA

6
 Arròs integral amb verdures
 Gall de Sant Pere* al forn amb salsa verda
 Amanida d'enciam i cogombre
 logurt natural ECO sense sucre

7
 Cigrons saltejats amb all i pebre vermell
 Truita a la francesa
 Amanida d'escarola i pipes de gira-sol
 Fruita

1
 Espinacs amb patata
 Carn magra de porc amb salsa de poma
 Fruita

2

FESTA

8
Tortel-linis de formatge* amb salsa de tomàquet
 Pollastre al curri
 Amanida d'enciam i remolatxa
 Fruita

9
 Coliflor amb patata
Rap* amb salsa de tomàquet*
 Fruita

12

Amanida de pasta vegetal
 Truita de patates
 Amanida d'enciam i olives
 Fruita

13
 Mongetes pintes estofades amb hortalisses
 Pollastre al forn amb salsa de taronja
 Amanida d'enciam i col llombarda
 Fruita

14
 Arròs integral amb verdures i formatge ratllat
 Peix fresc de mercat (**Gall de Sant Pere***)
 Amanida d'enciam *lollo rosa* i pastanaga
 logurt natural ECO sense sucre

15
 Amanida completa amb tomàquet, poma, nous i blat de moro
 Lassanya de llenties
 Fruita

16
 Pèsols amb patata
 Fogoner* amb salsa de tomàquet
 Guarnició de juliana de verdures
 Fruita

19

Col i patata
Palometa* a la llauana
 Amanida d'enciam i formatge fresc
 Fruita

20
 Crema de llegums
 Truita de patates
 Amanida d'enciam i olives
 Fruita

21
 Amanida d'arròs (amb tomàquet, pastanaga i blat de moro)
 Llenties estofades amb hortalisses
 Fruita

22 **ÒPAT DE FI DE CURS**
 Espaguetis a la carbonara
 Hamburguesa de vedella Halal amb patates fregides
 Amanida d'enciam i olives
 Gelat
 Refresc sense gas ni sucre

23
 VACANCES D'ESTIU

26

VACANCES D'ESTIU

27
 VACANCES D'ESTIU

28
 VACANCES D'ESTIU

29
 VACANCES D'ESTIU

30
 VACANCES D'ESTIU

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

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

DADES DE CONTACTE

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

