

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

\*Plat o producte sense carn, ni traces.

#Producte especial sense carn.

\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

4  
VACANCES D'ESTIU

5  
VACANCES D'ESTIU

6  
Crema de pastanaga  
Cous-cous amb cigrons i verdures  
Fruita del temps

7  
Amanida de pasta integral vegetal  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Ceba confitada  
Fruita del temps

8  
Mongetes pintes estofades amb hortalisses  
Truita d'espínacs  
Amanida d'enciam de **fulla de roure** i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

11  
FESTA

12  
Mongeta tendra salteada  
Seitan a la jardineria  
logurt natural ECO sense sucre

13  
Arròs integral tres colors  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam iceberg i cogombre  
Fruita del temps

14  
Purè de verdures  
Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal de lleties i formatge ratllat  
Fruita del temps

15  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Truita de patates  
Amanida d'enciam iceberg i olives  
Fruita del temps

## 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.

\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

4

VACANCES D'ESTIU

5

VACANCES D'ESTIU

6

Crema de pastanaga  
 Cigrons amb verdures  
 Fruita del temps

7

Amanida de **pasta#** vegetal  
 Peix blanc\*\*amb salsa verda  
 Ceba confitada  
 Fruita

8

Mongetes pintes estofades amb hortalisses  
 Truita d'espínacs  
 Amanida de **fulla de roure** i pipes de gira-sol  
 Fruita del temps

11

FESTA

12

Mongeta tendra saltejada  
 Vedella a la jardineria  
 Iogurt natural ECO sense sucre

13

Arròs integral tres colors  
 Peix blau\*\* al forn  
 Amanida d'enciam iceberg i cogombre  
 Fruita del temps

14

Purè de verdures  
**Macarrons#** amb bolonyesa vegetal de **llenties\*** i formatge emmental ratllat  
 Fruita del temps

15

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
 Truita de patates  
 Amanida d'enciam iceberg i olives  
 Fruita del temps



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

\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

4

VACANCES D'ESTIU

5

VACANCES D'ESTIU

6

Crema de pastanaga  
Cigrons amb verdures  
Fruita del temps

7

Amanida de **pasta#** vegetal  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Ceba confitada  
Fruita del temps

8

Mongetes pintes estofades amb hortalisses  
Truita d'espínacs  
Amanida de **fulla de roure** i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

11

FESTA

12

Mongeta tendra saltejada  
Vedella a la jardineria  
**logurt de soja sense gluten#**

13

Arròs integral tres colors  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam iceberg i cogombre  
Fruita del temps

14

**Purè de verdures\***  
**Macarrons#** amb bolonyesa vegetal de **lenties\***  
Fruita del temps

15

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Truita de patates  
Amanida d'enciam iceberg i olives  
Fruita del temps



## 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  
esplaiescola@fundesplai.org



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

\*Plat o producte sense fruita seca ni traces.

#Plat o producte especial sense fruita seca ni traces.

\*\*Qualsevol fruita excepte poma i pera

4



5



6



7



8

Crema de pastanaga  
Cous-cous amb cigrons i verdures  
**Fruita del temps\*\***

Amanida de pasta integral vegetal  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Ceba confitada  
**Fruita del temps\*\***

1  
Mongetes pintes estofades amb hortalisses  
Truita d'espínacs  
Amanida d'enciam **fulla de roure**  
**Fruita del temps\*\***

11  
FESTA



12



13



14



15

Mongeta tendra saltejada  
Vedella a la jardinera  
logurt natural ECO sense sucre

Arròs integral tres colors  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam iceberg i cogombre  
**Fruita del temps\*\***

Puré de verdures  
Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal de lleties i formatge ratllat  
**Fruita del temps\*\***

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Truita de patates  
Amanida d'enciam iceberg i olives  
**Fruita del temps\*\***



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

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

# Producte especial sense lactosa

\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

4  
VACANCES D'ESTIU

5  
VACANCES D'ESTIU

6  
Crema de pastanaga  
Cous-cous amb cigrons i verdures  
Fruita del temps

7  
Amanida de pasta integral vegetal  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Ceba confitada  
Fruita del temps

8  
Mongetes pintes estofades amb hortalisses  
Truita d'espínacs  
Amanida de **fulla de roure** i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

11  
FESTA

12  
Mongeta tendra saltejada  
Vedella a la jardineria  
**logurt sense lactosa#**

13  
Arròs integral tres colors  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam iceberg i cogombre  
Fruita del temps

14  
**Purè de verdures\***  
Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal de llenties i **formatge ratllat#**  
Fruita del temps

15  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Truita de patates  
Amanida d'enciam iceberg i olives  
Fruita del temps

Elaborat per dietistes-nutricionistes col·legiats

## 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  
esplaiescola@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.

\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

4  
VACANCES D'ESTIU

5  
VACANCES D'ESTIU

6  
Crema de pastanaga  
Cous-cous amb cigrons i verdures  
Fruita del temps

7  
Amanida de **pasta#** vegetal  
Peix blanc\*\*amb salsa verda  
Ceba confitada  
Fruita

8  
Crema de carbassó  
**Truita vegana\*** d'espínacs (sense ou amb farina de cigró)  
Amanida d'enciam de **fulla de roure** i pipes de gira-sol  
Fruita

11  
FESTA

12  
Mongeta tendra saltejada  
Vedella a la jardinera  
logurt natural ECO sense sucre

13  
Arròs integral tres colors  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam iceberg i cogombre  
Fruita del temps

14  
Puré de verdures  
**Macarrons#** amb bolonyesa vegetal de lleties i **formatge ratllat#**  
Fruita del temps

15  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
**Truita vegana\*** de patates (sense ou amb farina de cigró)  
Amanida d'enciam iceberg i olives  
Fruita del temps



## 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  
esplaiescola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

\*Plat o producte sense porc, ni traces.

#Producte especial sense porc.

\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

4  
VACANCES D'ESTIU

5  
VACANCES D'ESTIU

6  
Crema de pastanaga  
Cous-cous amb cigrons i verdures  
Fruita del temps

7  
Amanida de pasta integral vegetal  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Ceba confitada  
Fruita del temps

8  
Mongetes pintes estofades amb hortalisses  
Truita d'espínacs  
Amanida d'enciam **fulla de roure** i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

11  
FESTA

12  
Mongeta tendra saltejada  
Vedella a la jardineria  
logurt natural ECO sense sucre

13  
Arròs integral tres colors  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam iceberg i cogombre  
Fruita del temps

14  
Puré de verdures  
Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal de lleties i formatge ratllat  
Fruita del temps

15  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Truita de patates  
Amanida d'enciam iceberg i olives  
Fruita del temps

## 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 carn, ni traces.

#Producte especial sense carn.

\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

4

VACANCES D'ESTIU



5

VACANCES D'ESTIU



6

Crema de pastanaga  
Cous-cous amb cigrons i verdures  
Fruita del temps



7

Amanida de pasta integral vegetal  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Ceba confitada  
Fruita del temps



8

Mongetes pintes estofades amb hortalisses  
Truita d'espínacs  
Amanida d'enciam de **fulla de roure** i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

11

FESTA



12

Mongeta tendra salteada  
Seitan a la jardineria  
Iogurt natural ECO sense sucre



13

Arròs integral tres colors  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam iceberg i cogombre  
Fruita del temps



14

Puré de verdures  
Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal de lleties i formatge ratllat  
Fruita del temps



15

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Truita de patates  
Amanida d'enciam iceberg i olives  
Fruita del temps



## 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  
esplaiescola@fundesplai.org





## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

4  
VACANCES D'ESTIU

5  
VACANCES D'ESTIU

6  
Crema de pastanaga  
Cous-cous amb cigrons i verdures  
Fruita del temps

7  
Pasta amb oli d'oliva  
Peix blanc\*\* al forn  
Ceba confitada  
Fruita del temps

8  
Mongetes pintes estofades amb hortalisses  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam de **fulla de roure**  
Fruita del temps

11  
FESTA

12  
Mongeta tendra saltejada  
Bistec de vedella a la planxa  
iogurt natural ECO sense sucre

13  
Arròs integral tres colors  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam iceberg i cogombre  
Fruita del temps

14  
Puré de verdures  
Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal de llenties  
Fruita del temps

15  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam iceberg  
Fruita del temps

Elaborat per dietistes-nutricionistes col·legiats

## 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  
esplaiescola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

4  
VACANCES D'ESTIU

5  
VACANCES D'ESTIU

6  
Crema de pastanaga  
Cous-cous amb cigrons i verdures  
Fruita del temps

7  
Amanida de pasta integral vegetal  
Tofu amb salsa verda  
Ceba confitada  
Fruita del temps

8  
Mongetes pintes estofades amb hortalisses  
Truita d'espínacs  
Amanida d'enciam **fulla de roure** i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

11  
FESTA

12  
Verdura tricolor amb maionesa  
Truita de formatge  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

13  
Arròs tres colors  
Tofu amb verdures  
Amanida d'escarola i pastanaga  
Fruita

14  
Amanida completa amb pastanaga, remolatxa i pera  
Macarrons integrals a la bolonyesa de lleties  
Formatge ratllat  
Fruita

15  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Hamburguesa vegetal  
Ceba confitada  
Batut de fruites casolà

18  
Lleties amb verdures i curri  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita

19  
Crema de porro i patata  
Cous-cous amb verdures i cigrons  
Fruita

20  
Arròs integral amb tomàquet  
Truita de xampinyons/Remenat d'ou amb xampinyons  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

21  
Tallarines al pesto  
Tofu amb verdures  
Amanida d'enciam i germinats  
logurt natural sense sucre

22  
Mongeta tendra amb patata  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

25  
FESTA

26  
Espaguetis integrals a la carbonara (sense bacon)  
Tofu amb salsa de poma  
logurt natural sense sucre

27  
Amanida d'arròs (amb tomàquet, pastanaga i blat de moro)  
Lleties estofades amb hortalisses  
Fruita

28  
Espínacs amb patata  
Pit de pollastre empanat  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

29  
Crema de mongeta blanca i porros  
Truita a la paisana  
Amanida d'enciam **fulla de roure vermella** i pastanaga  
Macedònia de fruites

## 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

4  
VACANCES D'ESTIU

5  
VACANCES D'ESTIU

6  
Crema de pastanaga  
Cous-cous amb cigrons i verdures  
Fruita del temps

7  
Amanida de pasta integral vegetal  
Tofu amb salsa verda  
Ceba confitada  
Fruita del temps

8  
Mongetes pintes estofades amb hortalisses  
Truita d'espínacs  
Amanida d'enciam **fulla de roure** i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

11  
FESTA

12  
Mongeta tendra saltejada  
Seitan a la jardinera  
logurt natural ECO sense sucre

13  
Arròs integral tres colors  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam iceberg i cogombre  
Fruita del temps

14  
Puré de verdures  
Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal de lleties i formatge ratllat  
Fruita del temps

15  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Truita de patates  
Amanida d'enciam iceberg i olives  
Fruita del temps

### 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.

4

VACANCES D'ESTIU

5

VACANCES D'ESTIU

6

Crema de pastanaga  
Cous-cous amb cigrons i verdures  
Fruita del temps

7

Amanida de **pasta#** vegetal  
Tofu amb salsa verda  
Ceba confitada  
Fruita del temps

8

Mongetes pintes estofades amb hortalisses  
♦ **Trita vegana\*** d'espínacs (sense ou amb farina de cigró)  
Amanida d'enciam de **fulla de roure** i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

11

FESTA

12

Mongeta tendra saltejada  
Seitan a la jardineria  
logurt de soja

13

Arròs integral tres colors  
♦ **Trita vegana\*** (sense ou amb farina de cigró)  
Amanida d'enciam iceberg i cogombre  
Fruita del temps

14

Puré de verdures  
♦ **Macarrons#** amb bolonyesa vegetal de llenties  
Fruita del temps

15

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
♦ **Trita vegana\*** de patates (sense ou amb farina de cigró)  
Amanida d'enciam iceberg i olives  
Fruita del temps

Elaborat per dietistes-nutricionistes col·legiats

## 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  
esplaiescola@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.

4

VACANCES D'ESTIU



5

VACANCES D'ESTIU



6

Crema de pastanaga  
Cous-cous amb cigrons i verdures  
Fruita del temps



7

Amanida de pasta integral vegetal  
Tofu amb salsa verda  
Ceba confitada  
Fruita del temps



8

Mongetes pintes estofades amb hortalisses  
Truita d'espínacs  
Amanida d'enciam **fulla de roure** i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

11

FESTA



12

Mongeta tendra saltejada  
Vedella a la jardineria  
logurt natural ECO sense sucre



13

Arròs integral tres colors  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam iceberg i cogombre  
Fruita del temps



14

Puré de verdures  
Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal de lleties i formatge ratllat  
Fruita del temps



15

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Truita de patates  
Amanida d'enciam iceberg i olives  
Fruita del temps



## 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  
esplaiescola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

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

#Plat especial sense marisc

\*\*Les elaboracions dels plats amb peix\*(sense marisc) blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

4  
VACANCES D'ESTIU

5  
VACANCES D'ESTIU

6  
Crema de pastanaga  
Cous-cous amb cigrons i verdures  
Fruita del temps

7  
Amanida de pasta integral vegetal  
Tofu amb salsa verda  
Ceba confitada  
Fruita del temps

8  
Mongetes pintes estofades amb hortalisses  
Truita d'espínacs  
Amanida d'enciam **fulla de roure** i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

11  
FESTA

12  
Mongeta tendra saltejada  
Vedella a la jardineria  
Iogurt natural ECO sense sucre

13  
Arròs integral tres colors  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam iceberg i cogombre  
Fruita del temps

14  
Puré de verdures  
Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal de llenties i formatge ratllat  
Fruita del temps

15  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Truita de patates  
Amanida d'enciam iceberg i olives  
Fruita del temps

## 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  
esplaiescola@fundesplai.org



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

\*Plat o producte sense colorants vermells ni taronges  
#Producte especial sense colorants vermells ni taronges

\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

4  
VACANCES D'ESTIU

5  
VACANCES D'ESTIU

6  
Crema de pastanaga  
Cous-cous amb cigrons i verdures  
Fruita del temps

7  
Amanida de pasta integral vegetal  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Ceba confitada  
Fruita del temps

8  
Mongetes pintes estofades amb hortalisses  
Truita d'espínacs  
Amanida d'enciam de **fulla de roure** i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

11  
FESTA

12  
Mongeta tendra saltejada  
Vedella a la jardinera  
Iogurt natural ECO sense sucre

13  
Arròs integral tres colors  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam iceberg i cogombre  
Fruita del temps

14  
Puré de verdures  
Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal de llenties i formatge emmental ratllat  
Fruita del temps

15  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Truita de patates  
Amanida d'enciam iceberg i olives  
Fruita del temps



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)



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  
esplaiescola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

\*Plat o producte sense lactosa, marisc, ni traces. Revisar etiquetatge del producte.  
#Plat o producte especial sense lactosa, ni marisc.

\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

4  
VACANCES D'ESTIU

5  
VACANCES D'ESTIU

6  
Crema de pastanaga  
Cous-cous amb cigrons i verdures  
Fruita del temps

7  
Amanida de pasta integral vegetal  
Tofu amb salsa verda  
Ceba confitada  
Fruita del temps

8  
Mongetes pintes estofades amb hortalisses  
Truita d'espínacs  
Amanida d'enciam de **fulla de roure** i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

11  
FESTA

12  
Mongeta tendra saltejada  
Vedella a la jardineria  
**logurt natural sense lactosa#**

13  
Arròs integral tres colors  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam iceberg i cogombre  
Fruita del temps

14  
Puré de verdures  
Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal de llenties i **formatge ratllat#**  
Fruita del temps

15  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Truita de patates  
Amanida d'enciam iceberg i olives  
Fruita del temps



### 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  
esplaiescola@fundesplai.org





## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

4  
VACANCES D'ESTIU

5  
VACANCES D'ESTIU

6  
Crema de carbassa (sense ceba)  
Cous-cous amb trossets de gall dindi  
Fruita del temps

7  
Llacets amb herbes i oli d'oliva  
Peix blanc\*\* al forn  
Fruita del temps

8  
Puré de patata amb trossets de gall dindi  
Trita a la francesa  
Fruita del temps

11  
FESTA

12  
Patates guisades amb carbassa  
Bistec de vedella a la planxa  
logurt natural sense lactosa

13  
Arròs amb pastanaga  
Peix blau\*\* al forn  
Fruita del temps

14  
Crema de carbassa (sense ceba)  
Macarrons amb trossets de vedella  
Fruita del temps

15  
Puré de patata sense llet  
Trita de patates (sense ceba)  
Fruita del temps

## 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)



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  
esplaiescola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

4  
VACANCES D'ESTIU

5  
VACANCES D'ESTIU

6  
Crema de pastanaga  
Cous-cous amb cigrons i verdures  
Fruita del temps

7  
Amanida de pasta integral vegetal  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Ceba confitada  
Fruita del temps

8  
Mongetes pintes estofades amb hortalisses  
Truita d'espínacs  
Amanida d'enciam de **fulla de roure** i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

11  
FESTA

12  
Mongeta tendra saltejada  
Vedella a la jardineria  
Iogurt natural ECO sense sucre

13  
Arròs integral tres colors  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam iceberg i cogombre  
Fruita del temps

14  
Puré de verdures  
Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal de llenties  
Fruita del temps

15  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Truita de patates  
Amanida d'enciam iceberg i olives  
Fruita del temps

Elaborat per dietistes-nutricionistes col·legiats

## 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 lactosa, gluten, cacauets ni traces. Revisar etiquetatge del producte.

#Plat o producte especial sense lactosa, gluten ni cacauets.

\*\*Qualsevol fruita excepte taronja

\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

4

VACANCES D'ESTIU



5

VACANCES D'ESTIU



6

Crema de pastanaga  
Cigrons amb verdures  
Fruita del temps\*\*



7

Amanida de **pasta#** vegetal  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Ceba confitada  
Fruita del temps\*\*



8

Mongetes pintes estofades amb hortalisses  
Truita d'espínacs  
Amanida de **fulla de roure**  
Fruita del temps\*\*

11

FESTA



12

Mongeta tendra saltejada  
Vedella a la jardinera  
logurt natural sense lactosa#



13

Arròs integral tres colors  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam iceberg i cogombre  
Fruita del temps\*\*



14

**Puré de verdures\***  
**Macarrons#** amb bolonyesa vegetal de **llenties\***  
Fruita del temps\*\*



15

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Truita de patates  
Amanida d'enciam iceberg i olives  
Fruita del temps\*\*



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  
esplaiescola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

\*Plat o producte sense ou, PLV ni traces. Revisar etiquetatge del producte.  
#Plat o producte especial sense ou ni PLV.

\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

4  
VACANCES D'ESTIU

5  
VACANCES D'ESTIU

6  
Crema de pastanaga  
Cous-cous amb cigrons i verdures  
Fruita del temps

7  
Amanida de **pasta#** vegetal  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Ceba confitada  
Fruita del temps

8  
Mongetes pintes estofades amb hortalisses  
**Truita vegana\*** d'espínacs (sense ou amb farina de cigró) **sense sal**  
Amanida de **fulla de roure** i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

11  
FESTA

12  
Mongeta tendra saltejada  
Vedella a la jardinera  
**logurt de soja#**

13  
Arròs integral tres colors  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam iceberg i cogombre  
Fruita del temps

14  
**Puré de verdures\***  
**Macarrons#** amb bolonyesa vegetal de llenties  
Fruita del temps

15  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
**Truita vegana\*** de patates (sense ou amb farina de cigró) **sense sal**  
Amanida d'enciam iceberg i olives  
Fruita del temps



## 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)



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  
esplaiescola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

\*Plat o producte sense llegums ni traces. Revisar etiquetatge del producte.

#Plat o producte especial sense llegums

\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

4  
VACANCES D'ESTIU

5  
VACANCES D'ESTIU

6  
Crema de pastanaga  
Arròs amb trossets de gall dindi  
Fruita del temps

7  
Amanida de pasta vegetal  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Ceba confitada  
Fruita del temps

8  
Purè de patates amb trossets de gall dindi  
Truita d'espínacs  
Amanida d'enciam **fulla de roure** i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

11  
FESTA

12  
Patates guisades amb carbassa  
Bistec de vedella a la planxa  
logurt natural ECO sense sucre

13  
Arròs amb pastanaga  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam iceberg i cogombre  
Fruita del temps

14  
**Purè de verdures\***  
Macarrons amb trossets de vedella i formatge ratllat  
Fruita del temps

15  
Purè de patata sense llet  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam iceberg i olives  
Fruita del temps



## 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

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

4  
VACANCES D'ESTIU

5  
VACANCES D'ESTIU

6  
Crema de pastanaga  
Cous-cous amb cigrons i verdures  
Fruita del temps

7  
Amanida de pasta integral vegetal  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Ceba confitada  
Fruita del temps

8  
Mongetes pintes estofades amb hortalisses  
Truita d'espínacs  
Amanida d'enciam de **fulla de roure** i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

11  
FESTA

12  
Mongeta tendra saltejada  
Vedella a la jardineria  
Fruita del temps

13  
Arròs integral tres colors  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam iceberg i cogombre  
Fruita del temps

14  
Puré de verdures  
Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal de llenties i formatge emmental ratllat  
Fruita del temps

15  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Truita de patates  
Amanida d'enciam iceberg i olives  
Fruita del temps

Elaborat per dietistes-nutricionistes col·legiats

## 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  
esplaiescola@fundesplai.org



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

4  
VACANCES D'ESTIU

5  
VACANCES D'ESTIU

6  
Crema de pastanaga (sense ceba)  
(sense pastanaga ni ceba)  
Cous-cous amb trossets de gall dindi  
Fruita del temps

7  
Llacets amb herbes  
Peix blanc\*\* al forn  
Fruita del temps

8  
Purè de patata amb trossets de gall dindi  
Truita a la francesa  
Fruita del temps

11  
FESTA

12  
Patates guisada amb carbassa  
Bistec de vedella a la planxa  
logurt sense lactosa

13  
Arròs amb pastanaga  
Peix blau\*\* al forn  
Fruita del temps

14  
Crema de carbassa  
Macarrons amb trossets de vedella  
Fruita del temps

15  
Purè de patates sense llet  
Truita a la francesa  
Fruita del temps

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

\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

4  
VACANCES D'ESTIU

5  
VACANCES D'ESTIU

6  
Crema de pastanaga (sense ceba)  
(sense pastanaga ni ceba)  
Cous-cous amb trossets de gall dindi  
Fruita del temps

7  
Llacets amb herbes  
Peix blanc\*\* al forn  
Fruita del temps

8  
Puré de patata amb trossets de gall dindi  
Truita a la francesa  
Fruita del temps

11  
FESTA

12  
Patates guisada amb carbassa  
Bistec de vedella a la planxa  
logurt sense lactosa

13  
Arròs amb pastanaga  
Peix blau\*\* al forn  
Fruita del temps

14  
Crema de carbassa  
Macarrons amb trossets de vedella  
Fruita del temps

15  
Puré de patates sense llet  
Truita a la francesa  
Fruita del temps

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)



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

\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

4  
VACANCES D'ESTIU

5  
VACANCES D'ESTIU

6  
Crema de pastanaga (sense ceba)  
(sense pastanaga ni ceba)  
Cous-cous amb trossets de gall dindi  
Fruita del temps

7  
Llacets amb herbes  
Peix blanc\*\* al forn  
Fruita del temps

8  
Puré de patata amb trossets de gall dindi  
Trita a la francesa  
Fruita del temps

11  
FESTA

12  
Patates guisada amb carbassa  
Bistec de vedella a la planxa  
logurt sense lactosa

13  
Arròs amb pastanaga  
Peix blau\*\* al forn  
Fruita del temps

14  
Crema de carbassa  
Macarrons amb trossets de vedella  
Fruita del temps

15  
Puré de patates sense llet  
Trita a la francesa  
Fruita del temps

## 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

\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

4  
VACANCES D'ESTIU

5  
VACANCES D'ESTIU

6  
Crema de pastanaga (sense ceba)  
(sense pastanaga ni ceba)  
Cous-cous amb trossets de gall dindi  
Fruita del temps

7  
Llacets amb herbes  
Peix blanc\*\* al forn  
Fruita del temps

8  
Puré de patata amb trossets de gall dindi  
Trita a la francesa  
Fruita del temps

11  
FESTA

12  
Patates guisada amb carbassa  
Bistec de vedella a la planxa  
logurt sense lactosa

13  
Arròs amb pastanaga  
Peix blau\*\* al forn  
Fruita del temps

14  
Crema de carbassa  
Macarrons amb trossets de vedella  
Fruita del temps

15  
Puré de patates sense llet  
Trita a la francesa  
Fruita del temps

### 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  
esplaiescola@fundesplai.org

