

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3

FESTA

4

FESTA

5

FESTA

6

FESTA

7

FESTA

10

FESTA

11

Espirals amb tomàquet
Croquetes de pollastre
Guarnició de pastanaga i olives
logurt natural ECO sense sucre

12

Arròs integral amb verdures
Lluç al forn amb salsa verda
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita

13

Sopa vegetal amb fideus
Coca de recapte amb verduretes i soja
texturitzada
Patates xips
Fruita del temps

14

Coliflor amb patata
Trita a la francesa
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

17

Arròs integral amb verduretes i formatge
Trita de patates
Amanida d'enciam i olives
Fruita

18

Cigrons amb oli
Pollastre al forn amb salsa de taronja
Amanida d'enciam i col llombarda
Fruita

19

Mongeta tendra amb patata
Palometa a la llauana
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt natural ECO sense sucre

20

Puré de verdures
Lasanya de llenties
Fruita

21

ÀPAT DE SANT JORDI
Sopa de lletres
Llibrets de pernil i formatge
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

24

Col i patata
Gall dindi empanat
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

25

Gaspatxo amb crostons
Espaguetis integrals amb bolonyesa
vegetal de soja ECO
Fruita

26

Minestra de verdures amb patata
Ous farcits amb cavalla i maionesa
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

27

Arròs saltejat amb xampinyons
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

28

Crema suau de llenties amb carbassa i
pastanaga
Pollastre a les fines herbes
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

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

