

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3

FESTA

4

FESTA

5

FESTA

6

FESTA

7

FESTA

10

FESTA

11

Espirals integrals amb tomàquet sense formatge
 Pit de pollastre a la planxa
 Guarnició de pastanaga i olives
 logurt desnatat

12

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

13

Sopa vegetal amb pasta integral
 Gall dindi al forn
 Patates xips
 Fruita del temps

14

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

17

Arròs integral amb verdures
 (sense formatge)
 Gall de Sant Pere al forn
 Amanida d'enciam i olives
 Fruita

18

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

19

Mongeta tendra amb patata
 Palometa a la planxa
 Amanida d'enciam i pastanaga
 logurt desnatat

20

Puré de verdures
 Llenties saltejades amb all i julivert
 Fruita

21

ÀPAT DE SANT JORDI
 Sopa de pasta integral
 Llom a la planxa
 Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
 Fruita

24

Col i patata
 Gall dindi a la planxa
 Amanida d'enciam i formatge fresc
 Fruita

25

Crema de porros
 Espaguetis integrals amb bolonyesa
 vegetal de soja ECO sense formatge
 Fruita

26

Minestra de verdures amb patata
 Truita a la francesa
 Amanida d'enciam i olives
 logurt desnatat

27

Arròs integral 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
 esplaiescola@fundesplai.org



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3

FESTA

4

FESTA

5

FESTA

6

FESTA

7

FESTA

10

FESTA

11

Espirals amb tomàquet
Pit de pollastre a la planxa **HALAL**
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
Truita a la francesa
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

17

Arròs integral amb verduretes i formatge
Gall de Sant Pere al forn
Amanida d'enciam i olives
Fruita

18

Cigrons amb oli
Pollastre al forn **HALAL** 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
Tiretes de tofu arrebossades
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

24

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

25

Crema de porros
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 **HALAL** a la planxa
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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3

FESTA

4

FESTA

5

FESTA

6

FESTA

7

FESTA

10

FESTA

11

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

12

Arròs integral amb verdures
Tofu 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

Crema de llegums
Arròs integral amb verduretes i formatge
Fruita

18

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

19

Mongeta tendra amb patata
Trita a la francesa
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 amb brou vegetal
Tiretes de tofu arrebossades
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

24

Col i patata
Seitan empanat
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

25

Crema de porros
Espaguetis integrals amb bolonyesa
vegetal de soja ECO
Fruita

26

Minestra de verdures amb patata
Ous durs amb sofregit de tomàquet
Amanida d'enciam i olives
logurt natural ECO sense sucre

27

Arròs saltejat amb xampinyons
Tofu amb salsa de verdures
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

28

Crema suau de llenties amb carbassa i
pastanaga
Trita 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



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3

FESTA

4

FESTA

5

FESTA

6

FESTA

7

FESTA

10

FESTA

11

Espirals amb tomàquet
Croquetes de mill
Guarnició de pastanaga i olives
logurt de soja

12

Arròs integral amb verdures
Tofu 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
Cigrons saltejats amb all i julivert
Fruita

17

Crema de llegums
Arròs integral amb verduretes sense
formatge
Fruita

18

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

19

Mongeta tendra amb patata
Hamburguesa vegetal
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt de soja

20

Puré de verdures
Lasanya de lleties sense beixamel ni
formatge
Fruita

21

ÀPAT DE SANT JORDI

Sopa de lletres amb brou vegetal
Tiretes de tofu arrebossades (sense ou)
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

24

Col i patata
Seitan empanat (sense ou)
Amanida d'enciam
Fruita

25

Crema de porros
Espaguetis integrals amb bolonyesa
vegetal de soja ECO sense formatge
Fruita

26

Minestra de verdures amb patata
Cigrons saltejats amb all i julivert
logurt de soja

27

Arròs saltejat amb xampinyons
Tofu amb salsa de verdures
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

28

Crema suau de lleties amb carbassa i
pastanaga
Truita a les fines herbes sense ou
(amb farina de cigró)
Amanida d'enciam
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



DILLUNS

3

*Plat o producte sense gluten ni traces.

#Plat o producte especial sense gluten ni traces.

10

FESTA

17

Arròs integral amb verdures i formatge
Gall de Sant Pere al forn
Amanida d'enciam i olives
Fruita

24

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

DIMARTS

4

FESTA

11

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

18

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

25

Crema de porros
Espaguetis# amb bolonyesa vegetal de soja ECO sense gluten#
Fruita

DIMECRES

5

FESTA

12

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

19

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

26

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

DIJOUS

6

FESTA

13

Sopa vegetal amb **fideus#**
Coca de recapte# amb verdures i **soja texturitzada sense gluten#**
Patates xips
Fruita del temps

20

Purè de verdures
Lasanya# de lleties* (beixamel amb maicena#)
Fruita

27

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

DIVENDRES

7

FESTA

14

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

21

ÀPAT DE SANT JORDI
Sopa de **lletres#**
Llom a la planxa
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

28

Crema suau de **lleties*** 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
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

3

*Plat o producte sense PLV ni traces.
#Plat o producte especial sense PLV ni traces.

10

FESTA

17

Arròs integral amb verdures (sense formatge)
Gall de Sant Pere al forn
Amanida d'enciam i olives
Fruita

24

Col i patata
Gall dindi **empanat***
Amanida d'enciam
Fruita

DIMARTS

4

FESTA

11

Espirals amb tomàquet
Croquetes de pollastre#
Guarnició de pastanaga i olives
logurt de soja#

18

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

25

Crema de porros# (sense llet)
Espaguetis integrals amb bolonyesa vegetal de soja ECO
(sense formatge ni làctics)
Fruita

DIMECRES

5

FESTA

12

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

19

Mongeta tendra amb patata
Palometa a la llauana
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt de soja#

26

Minestra de verdures amb patata
Ous farcits amb cavalla i **maionesa***
Amanida d'enciam i olives
logurt de soja#

DIJOUS

6

FESTA

13

Sopa vegetal amb fideus
Coca de recapte* amb verdures i soja texturitzada (sense formatge ni làctics)
Patates xips
Fruita del temps

20

Puré de verdures*
Lasanya de llenties# (sense formatge ni beixamel)
Fruita

27

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

DIVENDRES

7

FESTA

14

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

21

ÀPAT DE SANT JORDI
Sopa de lletres
Tiretes de tofu arrebossades*
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
Fruita

28

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



DILLUNS

3

*Plat o producte sense fruita seca ni traces.
#Plat o producte especial sense fruita seca ni traces.

10

FESTA

17

Arròs integral amb verdures i formatge
Gall de Sant Pere al forn
Amanida d'enciam i olives
Fruita

24

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

DIMARTS

4

FESTA

11

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

18

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

25

Crema de porros
Espaguetis integrals amb **picada de tofu i seitan***
Fruita

DIMECRES

5

FESTA

12

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

19

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

26

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

DIJOUS

6

FESTA

13

Sopa vegetal amb fideus
Coca de recapte amb verdures i **picada de tofu i seitan***
Patates xips*
Fruita del temps

20

Puré de verdures
Lasanya de llenties
Fruita

27

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

DIVENDRES

7

FESTA

14

Coliflor amb patata
Trita a la francesa
Amanida d'enciam
Fruita

21

ÀPAT DE SANT JORDI
Sopa de lletres
Llom a la planxa
Amanida d'enciam i olives
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
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

3

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

10

FESTA

17

Arròs integral amb verdures i **formatge#**
Gall de Sant Pere al forn
Amanida d'enciam i olives
Fruita

24

Col i patata
Gall dindi **empanat*** (sense ou)
Amanida d'enciam i formatge fresc
Fruita

DIMARTS

4

FESTA

11

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

18

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

25

Crema de porros
Espaguetis# amb bolonyesa vegetal de soja ECO (**formatge#**)
Fruita

DIMECRES

5

FESTA

12

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

19

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

26

Minestra de verdures amb patata
Cigrons saltejats amb all i julivert
logurt natural ECO sense sucre

DIJOUS

6

FESTA

13

Sopa vegetal amb **fideus#**
Coca de recapte# amb verdures i soja texturitzada
Patates xips
Fruita del temps

20

Puré de verdures
Lasanya# de llenties (**formatge#**)
Fruita

27

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

DIVENDRES

7

FESTA

14

Coliflor amb patata
Cigrons saltejats amb all i julivert
Fruita

21

ÀPAT DE SANT JORDI
Sopa de **lletres#**
Llom a la planxa
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
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



DILLUNS

3

*Plat o producte sense peix ni traces.
#Plat o producte especial sense peix ni traces.

10

FESTA

17

Arròs integral amb verdures i formatge
Gall de Sant Pere al forn
Amanida d'enciam i olives
Fruita

24

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

DIMARTS

4

FESTA

11

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

18

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

25

Crema de porros
Espaguetis integrals amb bolonyesa vegetal de soja ECO
Fruita

DIMECRES

5

FESTA

12

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

19

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

26

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

DIJOUS

6

FESTA

13

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

20

Puré de verdures
Lasanya de llenties
Fruita

27

Arròs saltejat amb xampinyons
Peix fresc de mercat (**no lluc**)
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

DIVENDRES

7

FESTA

14

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

21

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

3

*Plat o producte sense marisc ni traces.
#Plat o producte especial sense marisc ni traces.

10

FESTA

17

Arròs integral amb verdures i formatge
Gall de Sant Pere* al forn
Amanida d'enciam i olives
Fruita

24

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

DIMARTS

4

FESTA

11

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

18

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

25

Crema de porros
Espaguetis integrals amb bolonyesa
vegetal de soja ECO
Fruita

DIMECRES

5

FESTA

12

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

19

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

26

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

DIJOUS

6

FESTA

13

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

20

Puré de verdures
Lasanya de llenties
Fruita

27

Arròs saltejat amb xampinyons
Gall de Sant Pere* al forn
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita

DIVENDRES

7

FESTA

14

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

21

ÀPAT DE SANT JORDI
Sopa de lletres
Tiretes de tofu arrebossades*
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
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



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
Gall de Sant Pere al forn
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 amb bolonyesa de soja
texturitzada
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

Crema de porros
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 de 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



DILLUNS

3

*Plat o producte sense pells de fruita
**Fruita pelada

10

FESTA

17

Arròs integral amb verdures i formatge
Gall de Sant Pere al forn
Amanida d'enciam i olives
**Fruita del temps

24

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

DIMARTS

4

11
Espirals amb tomàquet
Croquetes de pollastre
Guarnició de pastanaga i olives
logurt natural ECO sense sucre

18

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

25

Crema de porros
Espaguetis integrals amb bolonyesa
vegetal de soja ECO
**Fruita del temps

DIMECRES

5

FESTA

12

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

19

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

26

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

DIJOUS

6

FESTA

13

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

20

Puré de verdures
Lasanya de lleties
**Fruita del temps

27

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

DIVENDRES

7

FESTA

14

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

21

ÀPAT DE SANT JORDI
Sopa de lletres
Llibrets de pernil i formatge
Amanida d'enciam
**Fruita del temps

28

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

3

*Plat o producte sense pell de fruites,
fruita seca ni traces.
#Plat o producte especial sense fruita
seca ni traces.
**Fruita sense pell

10

FESTA

17

Arròs integral amb verdures i formatge
Gall de Sant Pere al forn
Amanida d'enciam i olives
**Fruita del temps

24

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

DIMARTS

4

11

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

18

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

25

Crema de porros
Espaguetis integrals amb **picada de tofu
i seitan***
**Fruita del temps

DIMECRES

5

FESTA

12

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

19

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

26

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

DIJOUS

6

FESTA

13

Sopa vegetal amb fideus
Coca de recapte amb verdures i **picada
de tofu i seitan***
Patates **xips***
**Fruita del temps

20

Purè de verdures
Lasanya de llenties
**Fruita del temps

27

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

DIVENDRES

7

FESTA

14

Coliflor amb patata
Trita a la francesa
Amanida d'enciam
**Fruita del temps

21

ÀPAT DE SANT JORDI
Sopa de lletres
Llom a la planxa
Amanida d'enciam
**Fruita del temps

28

Crema suau de llenties amb carbassa i
pastanaga
Pollastre a les fines herbes
Amanida d'enciam i formatge fresc
**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 pèsols, ni ceba, ni pastanaga, ni carbassa, ni porro, ni nap, ni rave, ni moniato ni blat de moro.

**Qualsevol fruita, excepte pera o pinya, i plàtan només 1 cop/set.

4

FESTA

5

FESTA

6

FESTA

7

FESTA

10

FESTA

11

Espirals blancs amb salsa de tomàquet casolana (sense ceba)
Pit de pollastre a la planxa
Amanida d'enciam i olives
Iogurt natural ECO sense sucre

12

Arròs blanc amb **verdures*** (sense ceba, pastanaga ni pèsols)
Luç al forn
Amanida d'enciam
****Fruita del temps**

13

Sopa vegetal amb fideus (pasta blanca)
Gall dindi al forn
Patates xips
****Fruita del temps**

14

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

17

Arròs blanc amb **verdures*** i formatge (sense ceba, pastanaga ni pèsols)
Gall de Sant Pere al forn
Amanida d'enciam i olives
****Fruita del temps**

18

Macarrons amb herbes aromàtiques
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i col llombarda
****Fruita del temps**

19

Mongeta tendra amb patata
Palomet a al forn
Amanida d'enciam
Iogurt natural ECO sense sucre

20

Puré de verdures* (sense ceba ni pastanaga)
Trita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
****Fruita del temps**

21

ÀPAT DE SANT JORDI
Sopa de lletres (pasta blanca)
Llom a la planxa
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol
****Fruita del temps**

24

Col i patata
Gall dindi a la planxa
Amanida d'enciam i formatge fresc
****Fruita del temps**

25

Crema de verdures* (sense ceba, pastanaga ni carbassa)
Espaguëtis blancs amb salsa de tomàquet casolana amb cavalla (sense ceba)
****Fruita del temps**

26

Coliflor amb patata
Trita a la francesa
Amanida d'enciam i olives
Iogurt natural ECO sense sucre

27

Arròs saltejat amb xampinyons (sense ceba)
Peix fresc de mercat
Amanida d'enciam i remolatxa
****Fruita del temps**

28

Crema de verdures* (sense ceba, pastanaga ni carbassa)
Pollastre a les fines herbes
Amanida d'enciam i formatge fresc
****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

DADES DE CONTACTE

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

