

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

5  
FESTA

12  
Amanida de pasta integral vegetal  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam  
Fruita del temps

19  
Cuscús amb verdures  
Luç al forn  
Amanida d'enciam i formatge fresc desnatat  
Fruita del temps

26  
VACANCES D'ESTIU

6  
Espaguetis **integrals** amb sofregit casolà de tomàquet  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

13  
Mongetes pintes estofades amb hortalisses  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i col llombarda  
Fruita del temps

20  
Hummus amb bastonets de verdures  
Trita de patates  
Amanida d'enciam de **fulla de roure vermella** i olives  
Fruita del temps

27  
VACANCES D'ESTIU

7  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Pollastre al curri  
Amanida **d'escarola** i remolatxa  
Fruita del temps

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

21  
Amanida de lleties vegetal  
Gall dindi al forn  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

28  
VACANCES D'ESTIU

1  
Espinacs amb patata  
Carn magra de porc amb salsa de poma  
**Batut de fruites**

8  
Coliflor amb patata bullides sense gratinar  
Salmó al forn  
Guarnició de juliana de verdures  
Fruita del temps

15  
Crema de verdures  
Lentilles amb oli d'oliva  
Fruita del temps

22  
**ÒPAT DE FI DE CURS**  
Macarrons integrals amb tomàquet sense formatge  
Pit de pollastre a la planxa  
Amanida d'enciam i blat de moro  
logurt natural desnatat

29  
VACANCES D'ESTIU

2  
FESTA

9  
Arròs integral amb verdures  
Burrito vegetal de soja amb tomàquet, pebrot, ceba sense formatge  
Fruita del temps

16  
Pèsols amb patata  
Bistec de vedella a la planxa  
Bolets saltejats  
**Macedònia de fruites**

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

## DADES DE CONTACTE

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



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

5  
FESTA

6  
Tortel·linis de formatge amb salsa de tomàquet  
Trita de carbassó  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

7  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Pollastre al curri **HALAL**  
Amanida **d'escarola** i remolatxa  
Fruita del temps

1  
Espinacs amb patata  
Tofu amb salsa de poma  
**Batut de fruites**

2  
FESTA

8  
Coliflor amb patata gratinades  
Salmó amb sofregit de tomàquet  
Guarnició de juliana de verdures  
Fruita del temps

9  
Paella de verdures  
Burrito vegetal de soja amb tomàquet, pebrot, ceba i formatge  
Fruita del temps

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

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

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

15  
Crema de verdures  
Lasanya de llenties  
Fruita del temps

16  
Pèsols amb patata  
Fricandó de vedella amb bolets **HALAL**  
**Macedònia de fruites**

19  
Cuscús amb verdures  
Lluç a la llauna  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita del temps

20  
Hummus amb bastonets de verdures  
Trita de patates  
Amanida d'enciam de **fulla de roure vermella** i olives  
Fruita del temps

21  
Amanida de llenties vegetal  
Coca de recapte amb verdures  
Fruita del temps

22  
**ÒPAT DE FI DE CURS**  
Macarrons amb tomàquet gratinats  
Nuggets de pollastre casolans **HALAL**  
Amanida d'enciam i blat de moro  
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

## DADES DE CONTACTE

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



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

5  
FESTA

6  
Tortel-linis de formatge amb salsa de tomàquet  
Truita de carbassó  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

7  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Seitan al curri  
Amanida **d'escarola** i remoltxa  
Fruita del temps

1  
Espinacs amb patata  
Tofu amb salsa de poma  
**Batut de fruites**

2  
FESTA

8  
Coliflor amb patata gratinades  
Truita a la francesa  
Guarnició de juliana de verdures  
Fruita del temps

9  
Paella de verdures  
Burrito vegetal de soja amb tomàquet, pebrot, ceba i formatge  
Fruita del temps

12  
Amanida de pasta vegetal  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita del temps

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

14  
Arròs integral amb verdures i formatge  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam **lollo rosa** i pastanaga  
logurt natural ECO sense sucre

15  
Crema de verdures  
Lasanya de llenties  
Fruita del temps

16  
Pèsols amb patata  
Fricandó de seitan amb bolets  
**Macedònia de fruites**

19  
Cuscús amb verdures  
Tofu a la llauana  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita del temps

20  
Hummus amb bastonets de verdures  
Truita de patates  
Amanida d'enciam de **fulla de roure vermella** i olives  
Fruita del temps

21  
Amanida de llenties vegetal  
Coca de recapte amb verdures  
Fruita del temps

22  
**ÀPAT DE FI DE CURS**  
Macarrons amb tomàquet gratinats  
Tiretes de tofu casolanes  
Amanida d'enciam i blat de moro  
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 MENUS:



Fruita de temporada  
Iogurt 100% ecològic i sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

## DADES DE CONTACTE

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



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

\*Plat o producte sense productes procedents d'animals  
#Plat o producte especial sense productes procedents d'animals

5  
FESTA

6  
**Espaguetis#** amb salsa de tomàquet  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

7  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Seitan **al curri#** (sense llet)  
Amanida **d'escarola** i remolatxa  
Fruita del temps

1  
Espinacs amb patata  
Tofu amb salsa de poma  
**Batut de fruites sense llet**

2  
FESTA

8  
Coliflor amb patata sense gratinar ni beixamel  
Tofu amb salseta de verdures  
Guarnició de juliana de verdures  
Fruita del temps

9  
Paella de verdures  
Burrito vegetal de soja amb tomàquet, pebrot, ceba sense formatge  
Fruita del temps

12  
Amanida de **pasta#** vegetal  
Seitan a la planxa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita del temps

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

14  
Arròs integral amb verdures sense formatge  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam **lollo rosa** i pastanaga  
*logurt* de soja

15  
Crema de verdures  
Llenties saltejades amb oli d'oliva  
Fruita del temps

16  
Pèsols amb patata  
Fricandó de seitan amb bolets  
**Macedònia de fruites**

19  
Cuscús amb verdures  
Tofu a la llauana  
Amanida d'enciam  
Fruita del temps

20  
Hummus amb bastonets de verdures  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam de **fulla de roure vermella** i olives  
Fruita del temps

21  
Amanida de llenties vegetal  
**Coca de recapte#** amb verdures  
Fruita del temps

22  
**ÒPAT DE FI DE CURS**  
**Macarrons#** amb tomàquet  
**Tiretes de tofu casolans#** (sense ou)  
Amanida d'enciam i blat de moro  
**Gelat#**

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  
llogurt 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 gluten ni traces.

#Plat o producte especial sense gluten ni traces.

1

Espinacs amb patata  
Carn magra de porc amb salsa de poma  
**Batut de fruites**

2

FESTA

5

FESTA

6

**Espaguets#** amb salsa de tomàquet  
Trita de carbassó  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

7

Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Pollastre al curri  
Amanida **d'escarola** i remoltxa  
Fruita del temps

8

**Coliflor amb patata gratinades#**  
(amb beixamel amb maicena)  
Salmó amb sofregit de tomàquet  
Guarnició de juliana de verdures  
Fruita del temps

9

Paella de verdures  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita del temps

12

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

13

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

14

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

15

Crema de verdures  
**Lenties\*** saltejades amb oli d'oliva  
Fruita del temps

16

Pèsols amb patata  
Fricandó de vedella amb bolets  
**Macedònia de fruites**

19

Arròs amb verdures  
Lluç a la llauna  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita del temps

20

Hummus amb bastonets de verdures  
Trita de patates  
Amanida d'enciam de **fulla de roure vermella** i olives  
Fruita del temps

21

Amanida de **lenties\*** vegetal  
**Coca de recapte#** amb verdures  
Fruita del temps

22

**ÀPAT DE FI DE CURS**  
**Macarrons#** amb tomàquet gratinats  
**Nuggets de pollastre casolans#**  
Amanida d'enciam i blat de moro  
**Gelat\***

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

## DADES DE CONTACTE

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



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

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

5  
FESTA

6  
Macarrons amb salsa de tomàquet sense formatge  
 Truita de carbassó  
 Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
 Fruita del temps

7  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
 Pollastre **al curri#** (sense llet)  
 Amanida **d'escarola** i remolatxa  
 Fruita del temps

1  
Espinacs amb patata  
 Carn magra de porc amb salsa de poma  
**Batut de fruites sense llet**

2  
FESTA

8  
Coliflor amb patata bullides sense beixamel ni formatge  
 Salmó amb sofregit de tomàquet  
 Guarnició de juliana de verdures  
 Fruita del temps

9  
Paella de verdures  
 Burrito vegetal de soja amb tomàquet, pebrot, ceba sense formatge  
 Fruita del temps

12  
**Amanida de pasta vegetal\***  
 Truita de patates  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita del temps

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

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

15  
**Crema de verdures\***  
 Llenties saltejades amb oli d'oliva  
 Fruita del temps

16  
Pèsols amb patata  
**Fricandó de vedella amb bolets\***  
**Macedònia de fruites**

19  
Cuscús amb verdures  
 Lluç a la llauna  
 Amanida d'enciam  
 Fruita del temps

20  
Hummus amb bastonets de verdures  
 Truita de patates  
 Amanida d'enciam de **fulla de roure vermella** i olives  
 Fruita del temps

21  
**Amanida de llenties vegetal\***  
**Coca de recapte#** amb verdures  
 Fruita del temps

22  
**ÀPAT DE FI DE CURS**  
 Macarrons amb tomàquet  
**Nuggets de pollastre casolans\***  
 Amanida d'enciam i blat de moro  
**Gelat#**

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)



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

5  
FESTA

6  
Tortel·linis de formatge amb salsa de tomàquet  
Truita de carbassó  
Amanida d'enciam  
Fruita del temps

7  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Pollastre **al curri\***  
Amanida **d'escarola** i remolatxa  
Fruita del temps

1  
Espinacs amb patata  
Carn magra de porc amb salsa de poma  
**Batut de fruites**

2  
FESTA

8  
**Coliflor amb patata gratinades\***  
Salmó amb sofregit de tomàquet  
Guarnició de juliana de verdures  
Fruita del temps

9  
Paella de verdures  
Burrito vegetal de daus de seitán amb tomàquet, pebrot, ceba i formatge  
Fruita del temps

12  
**Amanida de pasta vegetal\***  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita del temps

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

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

15  
Crema de verdures  
Lasanya de llenties  
Fruita del temps

16  
Pèsols amb patata  
**Fricandó de vedella amb bolets\***  
**Macedònia de fruites**

19  
Arròs amb verdures  
Lluç a la llauna  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita del temps

20  
Hummus amb bastonets de verdures  
Truita de patates  
Amanida d'enciam de **fulla de roure vermella** i olives  
Fruita del temps

21  
**Amanida de llenties vegetal\***  
Coca de recapte amb verdures  
Fruita del temps

22  
**ÀPAT DE FI DE CURS**  
Macarrons amb tomàquet gratinats  
**Nuggets de pollastre casolans\***  
Amanida d'enciam i blat de moro  
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  
iogurt 100% ecològic i sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

## DADES DE CONTACTE

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



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

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

5  
FESTA

6  
**Macarrons#** amb salsa de tomàquet  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

7  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Pollastre al curri  
Amanida **d'escarola** i remoltxa  
Fruita del temps

1  
Espinacs amb patata  
Carn magra de porc amb salsa de poma  
**Batut de fruites**

2  
FESTA

8  
Coliflor amb patata gratinades  
Salmó amb sofregit de tomàquet  
Guarnició de juliana de verdures  
Fruita del temps

9  
Paella de verdures  
**Burrito vegetal\*** de soja amb tomàquet, pebrot, ceba i **formatge#**  
Fruita del temps

12  
Amanida de **pasta#** vegetal  
Seitan a la planxa  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita del temps

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

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

15  
Crema de verdures  
**Lasanya sense ou ORGRAN@#** de **llenties\*** (amb **formatge#**)  
Fruita del temps

16  
Pèsols amb patata  
Fricandó de vedella amb bolets  
**Macedònia de fruites**

19  
Cuscús amb verdures  
Lluç a la llauna  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita del temps

20  
Hummus amb bastonets de verdures  
Tofu a l'allada  
Amanida d'enciam de **fulla de roure vermella** i olives  
Fruita del temps

21  
Amanida de llenties vegetal  
**Coca de recapte#** amb verdures  
Fruita del temps

22  
**ÀPAT DE FI DE CURS**  
**Macarrons#** amb tomàquet gratinats (amb **formatge#**)  
**Nuggets de pollastre casolans#**  
Amanida d'enciam i blat de moro  
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  
Iogurt 100% ecològic i sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

## DADES DE CONTACTE

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





## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

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

5  
FESTA

6  
Tortel-linis de formatge amb salsa de tomàquet  
Truita de carbassó  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

7  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Pollastre al curri  
Amanida **d'escarola** i remoltxa  
Fruita del temps

1  
Espinacs amb patata  
Carn magra de porc amb salsa de poma  
**Batut de fruites**

2  
FESTA

8  
Coliflor amb patata gratinades  
**Salmó\*** amb sofregit de tomàquet  
Guarnició de juliana de verdures  
Fruita del temps

9  
Paella de verdures  
Burrito vegetal de soja amb tomàquet, pebrot, ceba i formatge  
Fruita del temps

12  
Amanida de pasta vegetal  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita del temps

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

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

15  
Crema de verdures  
Lasanya de llenties  
Fruita del temps

16  
Pèsols amb patata  
Fricandó de vedella amb bolets  
**Macedònia de fruites**

19  
Cuscús amb verdures  
**Fogoner\*** a la llauna  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita del temps

20  
Hummus amb bastonets de verdures  
Truita de patates  
Amanida d'enciam de **fulla de roure vermella** i olives  
Fruita del temps

21  
Amanida de llenties vegetal  
Coca de recapte amb verdures  
Fruita del temps

22  
**ÀPAT DE FI DE CURS**  
Macarrons amb tomàquet gratinats  
Nuggets de pollastre casolans  
Amanida d'enciam i blat de moro  
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  
iogurt 100% ecològic i sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

## DADES DE CONTACTE

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



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

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

5  
FESTA

6  
Tortel-linis de formatge amb salsa de tomàquet  
Truita de carbassó  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

7  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Pollastre al curri  
Amanida **d'escarola** i remoltxa  
Fruita del temps

1  
Espinacs amb patata  
Carn magra de porc amb salsa de poma  
**Batut de fruites**

2  
FESTA

8  
Coliflor amb patata gratinades  
**Salmó\*** amb sofregit de tomàquet  
Guarnició de juliana de verdures  
Fruita del temps

9  
Paella de verdures  
Burrito vegetal de soja amb tomàquet, pebrot, ceba i formatge  
Fruita del temps

12  
Amanida de pasta vegetal  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita del temps

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

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

15  
Crema de verdures  
Lasanya de llenties  
Fruita del temps

16  
Pèsols amb patata  
Fricandó de vedella amb bolets  
**Macedònia de fruites**

19  
Cuscús amb verdures  
**Fogoner\*** a la llauna  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita del temps

20  
Hummus amb bastonets de verdures  
Truita de patates  
Amanida d'enciam de **fulla de roure vermella** i olives  
Fruita del temps

21  
Amanida de llenties vegetal  
Coca de recapte amb verdures  
Fruita del temps

22  
**ÀPAT DE FI DE CURS**  
Macarrons amb tomàquet gratinats  
Nuggets de pollastre casolans  
Amanida d'enciam i blat de moro  
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  
Iogurt 100% ecològic i sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

## DADES DE CONTACTE

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



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

5  
FESTA

6  
Tortel-linis de formatge amb salsa de tomàquet  
Truita de carbassó  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Fruita del temps

7  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Pollastre al curri  
Amanida **d'escarola** i remoltxa  
Fruita del temps

1  
Espinacs amb patata  
Carn magra de porc amb salsa de poma  
**Batut de fruites**

2  
FESTA

12  
Amanida de pasta vegetal  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita del temps

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

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

8  
Coliflor amb patata gratinades  
Salmó amb sofregit de tomàquet  
Guarnició de juliana de verdures  
Fruita del temps

9  
Paella de verdures  
Burrito vegetal de soja amb tomàquet, pebrot, ceba i formatge  
Fruita del temps

19  
Cuscús amb verdures  
Lluç a la llauna  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita del temps

20  
Hummus amb bastonets de verdures  
Truita de patates  
Amanida d'enciam de **fulla de roure vermella** i olives  
Fruita del temps

21  
Amanida de mongetes vegetal  
Coca de recapte amb verdures  
Fruita del temps

15  
Crema de verdures  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita del temps

16  
Pèsols amb patata  
Fricandó de vedella amb bolets  
**Macedònia de fruites**

22  
**ÀPAT DE FI DE CURS**  
Macarrons amb tomàquet gratinats  
Nuggets de pollastre casolans  
Amanida d'enciam i blat de moro  
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  
Iogurt 100% ecològic i sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

## DADES DE CONTACTE

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



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

\*Plat o producte sense pells de fruita

\*\*Fruita pelada

5  
FESTA

6  
Tortel-linis de formatge amb salsa de tomàquet  
Truita de carbassó  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
**Fruita del temps\*\***

7  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Pollastre al curri  
Amanida **d'escarola** i remolatxa  
**Fruita del temps\*\***

1  
Espinacs amb patata  
Carn magra de porc amb **salsa de poma\*** (fruita pelada)  
**Batut de fruites\*\***

2  
FESTA

12  
Amanida de pasta vegetal  
Truita de patates  
Amanida d'enciam i olives  
**Fruita del temps\*\***

13  
Mongetes pintes estofades amb hortalisses  
Pollastre al forn amb **salsa de taronja\*** (fruita pelada)  
Amanida d'enciam i col llombarda  
**Fruita del temps\*\***

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

8  
Coliflor amb patata gratinades  
Salmó amb sofregit de tomàquet  
Guarnició de juliana de verdures  
**Fruita del temps\*\***

9  
Paella de verdures  
Burrito vegetal de soja amb tomàquet, pebrot, ceba i formatge  
**Fruita del temps\*\***

19  
Cuscús amb verdures  
Luç a la llauna  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
**Fruita del temps\*\***

20  
Hummus amb bastonets de verdures  
Truita de patates  
Amanida d'enciam de **fulla de roure vermella** i olives  
**Fruita del temps\*\***

21  
Amanida de llenties vegetal  
Coca de recapte amb verdures  
**Fruita del temps\*\***

15  
Crema de verdures  
Lasanya de llenties  
**Fruita del temps\*\***

16  
Pèsols amb patata  
Fricandó de vedella amb bolets  
**Macedònia de fruites\*\***

26  
VACANCES D'ESTIU

27  
VACANCES D'ESTIU

28  
VACANCES D'ESTIU

22  
**ÒPAT DE FI DE CURS**  
Macarrons amb tomàquet gratinats  
Nuggets de pollastre casolans  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Gelats

23  
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

## DADES DE CONTACTE

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



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

**\*Plat o producte sense pell de fruites, fruita seca ni traces.**

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

**\*\*Fruita sense pell**

1  
Espinacs amb patata  
Carn magra de porc amb salsa de poma  
**Batut de fruites\*\***

2  
FESTA

5  
FESTA

6  
Tortel·linis de formatge amb salsa de tomàquet  
Trita de carbassó  
Amanida d'enciam  
**Fruita del temps\*\***

7  
Cigrons saltejats amb all i pebre vermell  
Pollastre **al curri\***  
Amanida **d'escarola** i remolatxa  
**Fruita del temps\*\***

8  
**Coliflor amb patata gratinades\***  
Salmó amb sofregit de tomàquet  
Guarnició de juliana de verdures  
**Fruita del temps\*\***

9  
Paella de verdures  
Burrito vegetal de daus de seitán amb tomàquet, pebrot, ceba i formatge  
**Fruita del temps\*\***

12  
**Amanida de pasta vegetal\***  
Trita de patates  
Amanida d'enciam i olives  
**Fruita del temps\*\***

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

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

15  
Crema de verdures  
Lasanya de llenties  
**Fruita del temps\*\***

16  
Pèsols amb patata  
**Fricandó de vedella amb bolets\***  
**Macedònia de fruites\*\***

19  
Arròs amb verdures  
Lluç a la llauna  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
**Fruita del temps\*\***

20  
Hummus amb bastonets de verdures  
Trita de patates  
Amanida d'enciam de **fulla de roure vermella** i olives  
**Fruita del temps\*\***

21  
**Amanida de llenties vegetal\***  
Coca de recapte amb verdures  
**Fruita del temps\*\***

22  
**ÀPAT DE FI DE CURS**  
Macarrons amb tomàquet gratinats  
**Nuggets de pollastre casolans\***  
Amanida d'enciam i blat de moro  
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  
iogurt 100% ecològic i sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

## DADES DE CONTACTE

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



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

\*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.

5  
FESTA

6  
Tortel-linis de formatge amb salsa de tomàquet (sense ceba)  
Truita de carbassó sense ceba  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
**Fruita del temps\*\***

7  
Purè de patates  
Pollastre al curri  
Amanida **d'escarola** i remolatxa  
**Fruita del temps\*\***

1  
Espinacs amb patata  
Carn magra de porc amb **salsa de poma\***  
**Batut de fruites\*\***

2  
FESTA

8  
Coliflor amb patata gratinades sense beixamel ni ceba  
Salmó al forn  
Amanida d'enciam i olives  
**Fruita del temps\*\***

9  
Arròs amb verdures (sense ceba, pastanaga ni pèsols)  
Truita a la francesa  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
**Fruita del temps\*\***

12  
Amanida de pasta vegetal (sense pastanaga ni blat de moro)  
Truita de patates (sense ceba)  
Amanida d'enciam i olives  
**Fruita del temps\*\***

13  
Patates saltejades amb all i pebre vermell  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i col llombarda  
**Fruita del temps\*\***

14  
Arròs integral amb verduretes (sense ceba, pastanaga ni pèsols) i formatge  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam **lollo rosa** i pastanaga  
iogurt natural ECO sense sucre

15  
**Crema de verdures\***  
Macarrons amb sofregit de tomàquet sense ceba i amb cavalla  
**Fruita del temps\*\***

16  
Mongeta tendra amb patata  
Bistec de vedella a la planxa  
Xampinyons saltejats  
**Macedònia de fruites\*\***

19  
Cuscús amb verduretes (sense pastanaga ni ceba)  
Lluç amb sofregit de tomàquet sense ceba  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
**Fruita del temps\*\***

20  
**Crema de verdures\***  
Truita de patates sense ceba  
Amanida d'enciam de **fulla de roure vermella** i olives  
**Fruita del temps\*\***

21  
Amanida de d'arròs vegetal (sense pastanaga ni blat de moro)  
Coca de recapte **amb verdures\***  
**Fruita del temps\*\***

22  
**ÒPAT DE FI DE CURS**  
Macarrons amb sofregit de tomàquet sense ceba gratinats  
Nuggets de pollastre casolans  
Amanida d'enciam  
iogurt natural ECO sense 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

## DADES DE CONTACTE

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

