

SOPAR

SOPAR

DIMECRES 1
FESTIU
SOPAR

DIJOUS 2
FESTIU
SOPAR

DIVENDRES 3
FESTIU
SOPAR

DILLUNS 6
FESTIU
SOPAR

DIMARTS 7
FESTIU
SOPAR

DIMECRES 8
- Arròs integral saltejat amb all i julivert - Croquetes de bacallà amb amanida - Plàtan
SOPAR

DIJOUS 9
- Crema de coliflor i porros - Aletes de pollastre al forn amb cuscús - Poma
SOPAR

DIVENDRES 10
- Cigrons, patata i pastanaga al vapor - Truita de carbassó amb amanida - Taronja
SOPAR

DILLUNS 13
- Llenties guisades amb verdures (pebrot, ceba, carbassó...) - Truita de patata i ceba amb amanida - Mandarina
SOPAR

DIMARTS 14
- Mongeta seca, patata i pastanaga al vapor - Gall dindi amb salsa ximurri i amanida - Poma
SOPAR

DIMECRES 15
- Escudella - Carn d'olla de pollastre amb patata, col i cigrons - Plàtan
SOPAR

DIJOUS 16
- Crema de carbassa amb rostes - Arròs a la cassola amb canana fresca - Taronja
SOPAR

DIVENDRES 17
- Mongeta verda i patata al vapor - Pollastre rostit amb salsa de prunes i amanida - logurt natural
SOPAR

DILLUNS 20
- Arròs integral amb salsa de tomàquet - Truita de patata i ceba amb amanida - Poma
SOPAR

DIMARTS 21
- Crema de carbassó - Macarrons a la bolonyesa vegetal i formatge - Kiwi
SOPAR

DIMECRES 22
- Cigrons amb patata al vapor - Pollastre rostit al forn amb amanida - Plàtan
SOPAR

DIJOUS 23
- Mongetes seques estofades amb verdures (pebrot, carbassó...) - Bacallà a la mussolina d'alls amb amanida - logurt natural
SOPAR

DIVENDRES 24
- Mongeta verda, patata i pastanaga al vapor - Estofat de gall dindi a la jardineria - Taronja
SOPAR

DILLUNS 27
- Crema de verdures - Fideuà de peix amb allioli casolà - Plàtan
SOPAR

DIMARTS 28
- Cigrons estofats amb verdures (ceba, carbassó, pebrot...) - Tronquets de peix arrebossats amb amanida - Mandarina
SOPAR

DIMECRES 29
- Arròs integral amb salsa de tomàquet - Gall dindi a l'alet amb amanida - Pera
SOPAR

DIJOUS 30
- Bròquil, pastanaga i patata al vapor - Pernilets de pollastre al forn amb salsa de prunes i amanida - logurt natural
SOPAR

DIVENDRES 31
- Mongeta seca amb patata al vapor - Truita de carbassó amb amanida - Poma
SOPAR

* Cada dia hi ha amanida al menú feta a partir d'hortalisses fresques: enciam, espinacs, tomàquet, pebrot, ceba, remolatxa, pastanaga...
* Cada hi haurà pa integral
* Les truites estan elaborades amb ous frescos
* L'arròs i tots els llegums són de circuit curt i ecològics.
* Arrebossats són d'elaboració pròpia i cuinats amb oli d'oliva.
* Els iogurts són sempre ecològics, elaborats artesanalment a la Garrotxa.

Els menús estan fets amb seguint la guia: "Alimentació Saludable en l'etapa escolar" Edició 2020.
* Les carns d'aus (pollastre i gall dindi) i el conill tenen certificat HALAL