

MENÚ MAIG 2024 13-14-15


Dilluns 1	Dimarts 2	Dimecres 1	Dijous 2 Amanida de patata amb pastanaga, tomàquet i olives Estofat de llenties Iogurt (3) Berenar: Entrepà de llonganissa (1)(3)(8)	Divendres 3 Brou d'au i pasta (1)(7) Pollastre a la planxa amb tomàquet amanit (7) Poma Berenar: Entrepà de gall d'indi(1)(7)
Dilluns 6 Arròs a la milanesa (8) Truita a la francesa amb col llombarda i pastanaga ratllada (2) Pera Berenar: Entrepà de formatge (1)(3)	Dimarts 7 Amanida d'espirlals amb enciam, pastanaga, tomàquet (1) Estofat de cigrons Meló Berenar: Entrepà de pernil cuit(1)(8)	Dimecres 8 Verdura amb patata Pernils de pollastre amb taronja al forn i tomàquet amanit (7) Síndria Berenar: Pa amb plàtan(1)	Dijous 9 Crema de verdures Botifarra al forn amb mongeta seca (8) Iogurt (3) Berenar: Entrepà de gall d'indi(1)(7)	Divendres 10 Estofat de llenties amb arròs Lluç al forn amb remolatxa ratllada i olives (5) Poma Berenar: Pa amb xocolata(1)(3)(4)
Dilluns 13 Macarrons a la napolitana (1) Truita de carbassó amb enciam i pastanaga (2) Poma Berenar: Entrepà de gall d'indi(1)(7)	Dimarts 14 Estofat de cigrons Bacallà al forn amb tomàquet amanit (5) Kiwi Berenar: Entrepà de formatge (1)(3)	Dimecres 15 Amanida d'arròs amb tomàquet, pastanaga, blat de moro i olives Estofat de llenties Pera Berenar: Pa amb plàtan(1)	Dijous 16 Verdura amb patata Pollastre al forn amb pastanaga (7) Iogurt (3) Berenar: Entrepà de pernil cuit(1)(8)	Divendres 17 DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ
Dilluns 20 2ª PASQUA	Dimarts 21 Espaguetis amb pesto (alfàbrega, all i oli d'oliva) (1) Estofat de llenties Meló Berenar: Entrepà de formatge (1)(3)	Dimecres 22 Verdura amb patata Pollastre arrebossat amb enciam i pastanaga (7) Poma Berenar: Pa amb plàtan(1)	Dijous 23 Arròs amb sofregit de tomàquet Tall rodó de porc al forn amb salsa de verdures (8) Iogurt (3) Berenar: Entrepà de gall d'indi(1)(7)	Divendres 24 - Virorevetlla Estofat de mongeta seca Truita de patates amb cogombre amanit (2) Pera Berenar: Pa amb xocolata(1)(3)(4)
Dilluns 27 Arròs amb saltat d'alls i xampinyons Remenat d'ou i patata amb enciam i remolatxa ratllada (2) Pera Berenar: Entrepà de pernil cuit(1)(8)	Dimarts 28 Verdura amb patata Empedrat de cigrons amb enciam, pastanaga i olives Maduixes Berenar: Entrepà de llonganissa (1)(3)(8)	Dimecres 29 Espirlals amb sofregit de tomàquet (1) Lluç al forn amb cogombre amanit (5) Meló Berenar: Pa amb plàtan(1)	Dijous 30 Amanida d'enciam, tomàquet, pastanaga, taronja i olives Pastís de carn, patata, tomàquet i amb formatge gratinat (3)(7)(8) Iogurt (3) Berenar: Entrepà de gall d'indi(1)(7)	Divendres 31 Crema de carbassa amb llenties vermelles Pollastre al forn amb fines herbes i amb variat d'enciams Poma Berenar: Entrepà de formatge (1)(3)

PA: ELABORAT DE MANERA ARTESANAL I, UN COP A LA SETMANA, S'OFERIRÀ EL PA INTEGRAL DE CIVADA, ESPELTA, ORDÍ O SÈGOL AMB LLAVORS.
L'ARRÒS I LA PASTA SÓN PRODUCTES INTEGRALS, DE PROXIMITAT I DE PRODUCCIÓ ECOLÒGICA. LA FRUITA I LA VERDURA SÓN PRODUCTES DE PROXIMITAT
ELS IOGURTS SÓN DE LA FAGEDA SENSE SUCRE
[Guia de l'alimentació saludable en l'etapa escolar](#)




ADAPTACIONS DELS MENÚS


- Pa sense gluten
- Pasta sense gluten
- Arrebossats sense glúten

Sense gluten 

- Truita substituïda per carn, pollastre o peix segons el menú

Sense ou 


- logurt substituït per fruita
- Salses sense llet

Sense llet 

- Plat sense fruits secs

Sense fruits secs 


- Peix substituït per carn, pollastre o ou segons el menú

Sense peix 


- Plat sense marisc

Sense marisc 


- Carn substituïda per ou, peix o proteïna vegetal segons el menú

Sense carn 


- Porc substituït per ou o peix segons el menú

Sense porc 

- Carn, pollastre, peix i ou substituïda per proteïna vegetal
- Sense llet
- Sense ou

Vegans 

- Plat sense sulfits

Sense Sulfits 

- Plat sense soja

Sense soja 