

MENÚ JUNY 2025 - PRIMÀRIA i 1r i 2n ESO

Dilluns 2 Fideus a la cassola (8) Truita de carbassó amb enciam i pastanaga (2) Meló	Dimarts 3 Arròs tres delícies Croquetes de carn d'olla amb pastanaga ratllada (1)(2)(3)(4)(5)(6)(7)(8)(10)(11) Síndria	Dimecres 4 Amanida de patata amb pastanaga, tomàquet i olives Pollastre al forn a la taronja (7) Pera	Dijous 5 Estofat de cigrons Peix fresc de la costa amb enciam i remolatxa (1)(5) logurt de fruites (3)	Divendres 6 Crema tèbia de verdures Mandonguilles vegetals amb sofregit de tomàquet (11) Poma
Dilluns 9 SEGONA PASQUA	Dimarts 10 Espirals amb salsa de tomàquet (1) Remenat d'ou i patata amb enciam amanit (2) Síndria	Dimecres 11 Verdura amb patata Fideuà de peix (1)(5)(6) Meló	Dijous 12 Arròs amb saltat d'alls i xampinyons! Pollastre arrebossat amb tomàquet amanit (1)(8) logurt (3)	Divendres 13 Estofat de llenties Lluç al forn amb enciam i olives (5) Poma
Dilluns 16 Espaguetis amb pesto (alfàbrega, all i oli d'oliva) (1) Truita de patates amb pastanaga ratllada i tomàquet amanit (2) Meló	Dimarts 17 Verdura amb patata Estofat de llenties Síndria	Dimecres 18 Cuscús amb samfaina (1) Bacallà al forn amb enciam i pastanaga (5) Poma	Dijous 19 Amanida de macarrons amb tomàquet, pastanaga i olives (1) Botifarra amb patates rosses (8) Préssec	Divendres 20 Arròs amb sofregit de tomàquet Filet de pollastre a la planxa amb enciam i pastanaga (7) Gelat

MOLT BONES VACANCES!

PA: ELABORAT DE MANERA ARTESANAL I, UN COP A LA SETMANA, S'OFERIRÀ EL PA INTEGRAL DE CIVADA, ESPELTA, ORDI 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
BERENARS: ENTREPANES VARIATS, EMBOTITS SENSE LACTOSA. UN COP PER SETMANA, FRUITA AMB PA
[.Guia de l'alimentació saludable en l'etapa escolar](#)



Gluten
1



Ous
2



Llet
3



Fruits secs
4



Peix
5



Mol·lusc
6



Carn
7



Porc
8



Vegà
9



Sulfits
10



Soja
11

DIA DE LLIURE
DISPOSICIÓ

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



- Iogurt 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



escola
virolai