

# MENÚ MAIG 2022 P3-P4-P5


<p><b>Dilluns 02</b></p> <p>Crema de carbassó</p> <p>Macarrons amb salsa bolonyesa de lleties (1)</p> <p>Pera</p> <p><b>Berenar:</b> Entrepà de pernil cuit (1)(3)(8)</p>	<p><b>Dimarts 03</b></p> <p>Verdura amb patata</p> <p>Botifarra amb enciam i remolatxa ratllada (8)(10)</p> <p>Plàtan</p> <p><b>Berenar:</b> Entrepà de formatge (1)(3)</p>	<p><b>Dimecres 04</b></p> <p>Amanida de cigrons</p> <p>Truita de patates amb amanida d'enciam i pastanaga (2)</p> <p>Poma</p> <p><b>Berenar:</b> Plàtan amb pa (1)(3)</p>	<p><b>Dijous 05</b></p> <p>Brou de verdures amb pasta (1)</p> <p>Pollastre al forn amb salsa de taronja logurt natural (3)</p> <p><b>Berenar:</b> Entrepà de llonganissa (1)(3)(8)</p>	<p><b>Divendres 06</b></p> <p>Amanida d'arròs integral amb tomàquet, pastanaga i blat de moro</p> <p>Peix fresc de la costa amb tomàquet amanit (1) (5)</p> <p>Maduixes</p> <p><b>Berenar:</b> Pa amb xocolata(1)(3)(4)</p>
<p><b>Dilluns 09</b></p> <p>Amanida d'espirlals amb enciam, pastanaga, tomàquet (1)</p> <p>Estofat de lleties amb xoriç (8)</p> <p>Kiwi</p> <p><b>Berenar:</b> Entrepà de formatge (1)(3)</p>	<p><b>Dimarts 10</b></p> <p>Crema de porros amb rostes (1)</p> <p>Remenat d'ou i patata amb col llombarda i tomàquet amanit (2)</p> <p>Poma</p> <p><b>Berenar:</b> Entrepà de pernil cuit (1)(3)(8)</p>	<p><b>Dimecres 11</b></p> <p>Arròs amb sofregit de tomàquet</p> <p>Lluç al forn amb enciam i remolatxa (5)</p> <p>Pera</p> <p><b>Berenar:</b> Plàtan amb pa (1)(3)</p>	<p><b>Dijous 12</b></p> <p>Verdura amb patata</p> <p>Filet de pollastre arrebossat amb enciam i olives (1)</p> <p>logurt natural (3)</p> <p><b>Berenar:</b> Entrepà de llonganissa (1)(3)(8)</p>	<p><b>Divendres 13</b></p> <p>Amanida de mongeta seca amb tomàquet, blat de moro i olives</p> <p>Tall rodó de porc al forn amb salsa de verdures (8)</p> <p>Plàtan</p> <p><b>Berenar:</b> Entrepà de gall d'indi(1)(3)</p>
<p><b>Dilluns 16</b></p> <p>Crema de verdures amb rostes (1)</p> <p>Truita de patates amb enciam i pastanaga (2)</p> <p>Poma</p> <p><b>Berenar:</b> Entrepà de pernil cuit (1)(3)(8)</p>	<p><b>Dimarts 17</b></p> <p>Espaguetis a la carbonara (1)(3)(8)</p> <p>Anelles de calamar a l'andalus amb tomàquet amanit i remolatxa (1)(6)</p> <p>Préssec</p> <p><b>Berenar:</b> Entrepà de gall d'indi (1)(3)</p>	<p><b>Dimecres 18</b></p> <p>Arròs amb saltat d'alls i xampinyons</p> <p>Pollastre a la planxa amb tomàquet amanit i hummus</p> <p>Pera</p> <p><b>Berenar:</b> Plàtan amb pa (1)(3)</p>	<p><b>Dijous 19</b></p> <p>Minestra de verdures</p> <p>Hamburguesa de vedella amb amanida de variat d'enciams i pastanaga (10)</p> <p>logurt de fruites (3)</p> <p><b>Berenar:</b> Entrepà de formatge (1)(3)</p>	<p><b>Divendres 20</b></p> <p>Estofat de lleties</p> <p>Fideus a la cassola (1) (8)</p> <p>Kiwi</p> <p><b>Berenar:</b> Pa amb xocolata (1)(3)(4)</p>
<p><b>Dilluns 23</b></p> <p>Macarrons amb sofregit de tomàquet (1)</p> <p>Remenat d'ou i patata amb enciam i remolatxa ratllada (2)</p> <p>Pera</p> <p><b>Berenar:</b> Entrepà de formatge (1)(3)</p>	<p><b>Dimarts 24</b></p> <p>Arròs a la cassola (8)</p> <p>Empedrat de cigrons amb enciam, pastanaga, tomàquet, olives i tonyina (5)</p> <p>Síndria</p> <p><b>Berenar:</b> Entrepà de gall d'indi (1)(3)</p>	<p><b>Dimecres 25</b></p> <p>Crema de carbassa</p> <p>Pollastre al forn amb salsa de poma i amb enciam i pastanaga</p> <p>Poma</p> <p><b>Berenar:</b> Plàtan amb pa (1)(3)</p>	<p><b>Dijous 26</b></p> <p>Brou d'au amb pasta (1)</p> <p>Lluç al forn amb tomàquet amanit (5)</p> <p>logurt natural (3)</p> <p><b>Berenar:</b> Entrepà de llonganissa (1)(3)(8)</p>	<p><b>Divendres 27</b></p> <p>Pèsols amb patata</p> <p>Estofat de gall dindi</p> <p>Maduixes</p> <p><b>Berenar:</b> Entrepà de pernil cuit (1)(3)(8)</p>
<p><b>Dilluns 30</b></p> <p>Arròs tres delícies amb pèsols, pastanaga i trocets de truita (2)</p> <p>Estofat de lleties</p> <p>Poma</p> <p><b>Berenar:</b> Entrepà de gall d'indi(1)(3)</p>	<p><b>Dimarts 31</b></p> <p>Verdura amb patata</p> <p>Truita de carbassó amb cogombre i tomàquet amanit (2)</p> <p>Kiwi</p> <p><b>Berenar:</b> Entrepà de formatge (1)(3)</p>			

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  
[.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 


- 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