

MENÚ MAIG 2022


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

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: ENTREPANS VARIATS, EMBOTITS SENSE LACTOSA. UN COP PER SETMANA, FRUITA AMB PA
[. 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 

escola
virolai