

MENÚ MAIG 2025 ESCOLA CATALUNYA

SENSE
OU



DILLUNS 5 Guisat de llenties amb pastanaga i porro Fingers vegetals amb amanida Fruita de temporada	DIMARTS 6 Tricolor de verdures Llom amb ceba caramelitzada Fruita de temporada	DIMECRES 7 Espaguetis integrals amb tomàquet i alfàbrega Lluç a la basca Fruita de temporada	DIJOUS 8 Sopa de verdures Contracuixa de pollastre amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga logurt	DIVENDRES 9 Arròs melós de peix Pollastre a la planxa amb enciam, blat de moro i cogombre Fruita de temporada
DILLUNS 12 FESTIU	DIMARTS 13 Macarrons integrals a la carbonara Abadejo al forn amb all i julivert i verduretes Fruita de temporada	DIMECRES 14 Cigrons estofats Nuggets de bròquil amb amanida d'enciam, pastanaga i cogombre Fruita de temporada	DIJOUS 15 Arròs amb tomàquet Peix a la planxa amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	DIVENDRES 16 Vichyssoise Pernilets de pollastre al forn amb amanida d'enciam, blat de moro i olives logurt
DILLUNS 19 Bròquil amb patates Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita de temporada	DIMARTS 20 Llenties amb verdures Hamburguesa vegetal amb amanida d'enciam, cogombre i pastanaga Fruita de temporada	DIMECRES 21 Amanida d'espirlals de verdura amb tomàquet, blat de moro i pastanaga Magre de porc amb xampinyons logurt	DIJOUS 22 Arròs vegetal al curry Contracuixa de pollastre amb amanida d'enciam, cogombre i olives Fruita de temporada	DIVENDRES 23 Fideuà de peix Salmó al forn amb salsa de carbassó i formatge Fruita de temporada
DILLUNS 26 Amanida d'arròs amb tomaquet, olives, pastanaga i tonyina Llom a la planxa Fruita de temporada	DIMARTS 27 Mongeta tendre amb patates Pollastre al forn amb ceba caramelitzada logurt	DIMECRES 28 Llaçets al pesto suau Lluç al forn a les fines herbes amb amanida d'enciam, cogombre i olives Fruita de temporada	DIJOUS 29 Mongetes seques amb all i julivert Croquetes de verdures amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita de temporada	DIVENDRES 30 PÍCNIC AL PATI

SI DINEM
LLEGUMS O FÈCULES
PODEM SOPAR
VERDURES CUITES
HORTALISSES CRUES

SI DINEM
OUS
PODEM SOPAR
FÈCULES

SI DINEM
CARNS
PODEM SOPAR
OUS O PEIX

SI DINEM
PEIX
PODEM SOPAR
CARNS O OUS

SI DINEM
FRUITA
PODEM SOPAR
LÀCTICS O FRUITA

SI DINEM
LÀCTICS
PODEM SOPAR
FRUITA

Fruita de temporada: pero, poma, plàtan, mandarina, taronja. Acompanyament de pa. Amanides amb oli d'oliva. Els àpats són de consum diari.
Temperatura conservació plat calent: 63°C. Temperatura conservació plat fred: 8°C.
MENÚ ELABORAT SEGONS DIRECTRIUS DE LA GENERALITAT DE CATALUNYA. MENÚ CONSENSUAT AMB AFA.
Els menús estan realitzats i revisats per la Sonia Villegas i la Marta Codina, DIETISTES - NUTRICIONISTES col·legiades CAT00096

