

MENÚ JUNY 2025 ESCOLA CATALUNYA

☆ VEGETARIÀ

DILLUNS 2 Crema de verdures amb crostons Macarrons integrals amb bolonyesa de soja Fruita de temporada	DIMARTS 3 Arròs amb sofregit de ceba i tomàquet Nuggets de bròquil amb amanida d'enciam, blat de moro i tomàquet Fruita de temporada	DIMECRES 4 Bledes amb patates Mandonguilles vegetals a la jardinera Fruita de temporada	DIJOUS 5 Cigrons estofats Truita de patates amb amanida d'enciam, cogombre i olives Iogurt	DIVENDRES 6 Ensaladilla rusa Fingers de verdura amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita de temporada
DILLUNS 9 Guisat de llenties amb pastanaga i porro Fingers vegetals amb amanida Fruita de temporada	DIMARTS 10 Tricolor de verdures Heura amb ceba caramelitzada Fruita de temporada	DIMECRES 11 Espaguetis integrals amb tomàquet i alfabrega Tofu a la basca Fruita de temporada	DIJOUS 12 Sopa de verdures Seitan amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Iogurt	DIVENDRES 13 Arròs melós de peix Truita francesa amb amanida d'enciam, blat de moro i cogombre Fruita de temporada
DILLUNS 16 Macarrons integrals a la carbonara Crestes de formatge Fruita de temporada	DIMARTS 17 Mongeta tendre amb patates Salsitxes vegetals amb samfaina Fruita de temporada	DIMECRES 18 Cigrons estofats Nuggets de bròquil amb amanida d'enciam, pastanaga i cogombre Fruita de temporada	DIJOUS 19 Vichyssoise Hamburguesa vegetal amb amanida d'enciam, blat de moro i olives Iogurt	☆ DIVENDRES 20 😊 ✨ Amanida de pasta amb tomàquet, olives i pastanaga ✨ Pizza vegetal ✨ ✨ Gelat ✨

- 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

