



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



	<p><b>1</b> <b>Crema de lleties vermelles amb verdures</b></p> <p>Salsitxes al forn i amanida de tomàquet</p> <p>logurt natural *</p> <p><i>I per sopar... Sopa de verdures amb pasta integral Bacallà amb salsa de tomàquet Fruita</i></p>	<p><b>2</b> <b>Arròs integral amb salsa de tomàquet</b></p> <p>Pollastre al forn i amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar... Conill al forn amb llet de patata i samfaina Fruita</i></p>	<p><b>3</b> <b>Mongeta tendra bullida amb patates</b></p> <p>Fricandó de vedella amb bolets i pastanaga ratllada</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar... Macarrons integrals amb salsa de xampinyons, crema de llet i ceba Hamburguesa de llegums amb tomàquet amanit Fruita</i></p>	<p><b>4</b> <b>Crema de pastanaga</b></p> <p>Mongetes seques amb espinacs</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar... Lassanya bolonyesa logurt</i></p>
<p><b>7</b> <b>Amanida variada (enciam, tomàquet, poma i olives) (Sopa de verdures i pasta)</b></p> <p>Lleties amb arròs integral i sofregit de ceba i tomàquet</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar... Mongeta verda i patata Filet de lluç a la planxa amb picada d'all i julivert i amanida de tomàquet i formatge fresc Fruita</i></p>	<p><b>8</b> <b>Patates guisades amb verdures (pebrot, ceba, pastanaga)</b></p> <p>Llom a la planxa amb pastanaga ratllada</p> <p>logurt natural *</p> <p><i>I per sopar... Espaguetis integrals amb tomàquet i mini mandonguilles Fruita</i></p>	<p><b>9</b> <b>Crema de carbassó</b></p> <p>Paella d'arròs a la marinera (amb peix, gambetes, sípia i calamar)</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar... Sopa minestrone Broqueta de pollastre i verdures Fruita</i></p>	<p><b>10</b> <b>Fideuà de pasta integral amb cigrons i verdures</b></p> <p>Bunyols de bacallà casolans (sense ou) i amanida de tomàquet</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar... Crema de carbassa Broqueta de gall dindi amb enciam i olives Fruita</i></p>	<p><b>11</b> <b>Bròquil bullit amb patates</b></p> <p>Pollastre arrebossat (sense ou) amb amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar... Arròs integral 3 delícies (pèsols, pastanaga i carbassó a daus) Llom de porc a la planxa amb tomàquet i nous logurt</i></p>
<p><b>14</b> <b>Espaguetis amb crema (amb formatge, crema de llet i pernil cuit)</b></p> <p>Vedella a la planxa i pastanaga ratllada</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar... Crema de pastanaga Filet de gall dindi a la planxa amb amanida de tomàquet i olives Fruita</i></p>	<p><b>15</b> <b>Sopa de brou de verdures amb pasta integral</b></p> <p>Pollastre al forn amb llimona i amanida d'enciam</p> <p>logurt natural *</p> <p><i>I per sopar... Bròquil i patata Orada al forn amb llet de tomàquet i ceba Fruita</i></p>	<p><b>16</b> <b>Espinacs amb patates</b></p> <p>Mongetes blanques amb samfaina i pastanaga ratllada</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar... Sopa de brou amb pasta integral Pollastre a l'allet amb enciam i panses Fruita</i></p>	<p><b>17</b> <b>Arròs amb xampinyons</b></p> <p>Llom de porc arrebossat (sense ou) amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar... Patata, carbassa, carbassó al forn Truita de formatge amb enciam i poma Fruita</i></p>	<p><b>18</b> <b>Cigrons guisats amb carbassó i pastanaga</b></p> <p>Seitó fresc a l'andalusa i amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar... Pizza casolana logurt</i></p>
<p><b>21</b> <b>Arròs a l'hortolana (amb albergínia, mongeta, bròquil, pastanaga)</b></p> <p>Pollastre a la planxa i amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar... Mongeta verda i patata Hamburguesa de pollastre amb enciam i pipes pelades Fruita</i></p>	<p><b>22</b> <b>Lleties guisades amb verdures</b></p> <p>Filet de lluç al forn amb llimona i pastanaga ratllada</p> <p>logurt natural *</p> <p><i>I per sopar... Sopa de brou de verdures amb pasta integral Pit de pollastre enfarinat amb pa i enciam amb olives Fruita</i></p>	<p><b>23</b> <b>Trinxat de col i patata</b></p> <p>Estofat de gall dindi amb verdures i pastanaga ratllada</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar... Arròs a la cubana (amb salsa de tomàquet, ou i plàtan) Fruita</i></p>	<p><b>24</b> <b>Crema de carbassa</b></p> <p>Cigrons saltejats amb all i julivert i amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar... Purè de patates gratinades amb formatge Llenguado a la planxa amb tomàquet amanit Fruita</i></p>	<p><b>25</b> <b>Macarrons a la napolitana (amb salsa de tomàquet)</b></p> <p>Salsitxes de porc al forn i amanida de tomàquet</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar... Crema de verdures Mandonguilles vegetals amb enciam i formatge fresc logurt</i></p>
<p><b>28</b> <b>Mongeta tendra bullida amb patates</b></p> <p>Lleties amb sofregit de ceba i tomàquet i pastanaga ratllada</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar... Arròs integral amb salsa de tomàquet Broqueta de peix amb verdures Fruita</i></p>	<p><b>29</b> <b>Sopa de brou de pollastre amb pasta integral</b></p> <p>Llom a la planxa i amanida d'enciam</p> <p>logurt natural *</p> <p><i>I per sopar... Coliflor i patata Pernillets de pollastre amb tomàquet al forn Fruita</i></p>	<p><b>30 Castanyada</b></p> <p><b>Amanida variada (enciam, tomàquet, pastanaga i olives) (Crema de verdures)</b></p> <p>Gall dindi al forn amb patates fregides</p> <p>Macedònia de fruites</p> <p><i>I per sopar... Crema de carbassa Pa amb tomàquet i embotit amb maniato al forn Fruita i castanyes</i></p>	<p>* El <b>iogurt</b>. Progressivament anem introduint el iogurt sense sucre. El curs 2024-25, a l3, l4, l5, l1, 2n i 3r el donem sense sucre. Si alguna família el vol ensucrat, ho pot demanar. A partir de 4t el iogurt és natural ensucrat. Si alguna família el vol sense sucre, ho pot demanar.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Els règims <b>puntuals</b> (astringents o laxants), s'han de demanar a la cuina <b>abans de les 10 del matí (93 581 10 82)</b></li> <li>• El llegum i la pasta són de <b>producció ecològica</b>.</li> <li>• Dos dies a la setmana (els dimarts i els dijous) mengem el <b>pa integral</b>.</li> <li>• Un dia a la setmana el menú no conté proteïna animal</li> <li>• Els plats entre parèntesi són específics per als/les alumnes d'Infantil.</li> <li>• Aquest menú pot ser modificat per causes imprevistes o de força major.</li> <li>• Per fer-nos qualsevol consulta ens trobareu a l'Escola, al telèfon 93 581 10 82 de 9h a 11h i al mail <a href="mailto:educadors4uatre@gmail.com">educadors4uatre@gmail.com</a>.</li> <li>• Menú revisat i sopars proposats per Lidia Arumí Riera, Diplomada en Dietètica i Nutrició Humana (Núm. col·legiada CAT000373), per a Educadors 4uatre SL.</li> </ul>	