

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<p>3</p> <p>FESTIU</p>	<p>4</p> <p>Sopa de brou de peix amb pasta integral</p> <p>Truita de carbassó i pastanaga ratllada</p> <p>logurt natural *</p> <p><i>I per sopar...</i> Minestra de verdura amb patates Filet de pollastre i rodanxes de tomàquet a la planxa Fruita</p>	<p>5</p> <p>Arròs a la cassola amb llegum i verdures</p> <p>Rodanxa de lluç a la romana i tomàquet amanit</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Purè de patata i carbassa Truita a la francesa amb enciam i olives Fruita</p>	<p>6</p> <p>Crema de pastanaga</p> <p>Llom al forn amb xampinyons i arròs a les fines herbes</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Hummus amb bastonets de pastanaga i/o pa integral Bacallà al forn amb salsa de tomàquet Fruita</p>	<p>7</p> <p>Espaguetis amb salsa verda (amb alfàbrega, julivert i oli d'oliva)</p> <p>Amanida de lleties (amb tomàquet i pastanaga)</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Pizza casolana al gust Làctic</p>
<p>10</p> <p>Galets amb salsa de formatges</p> <p>Truita de pernil i pastanaga ratllada</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Mongeta verda amb patates Cuixa de gall dindi al forn amb tomàquet i xampinyons Fruita</p>	<p>11</p> <p>Cigrons guisats amb carbassa</p> <p>Filet de pollastre arrebossat i amanida de tomàquet</p> <p>logurt natural *</p> <p><i>I per sopar...</i> Crema de coliflor Rap al forn amb patates i ceba Fruita</p>	<p>12</p> <p>Verdura (bledes) bullida amb patates</p> <p>Fricandó de vedella amb bolets i amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Sopa de verdures Truita de patates amb tomàquet i nous Fruita</p>	<p>13</p> <p>Crema de carbassó</p> <p>Lleties saltejades amb arròs i tomàquet amanit</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet i mandonguilles de pollastre Fruita</p>	<p>14</p> <p>Arròs integral amb tomàquet</p> <p>Seitó fresc a l'andalusa i amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Lasanya vegetal amb llesca de pa logurt</p>
<p>17</p> <p>Crema de lleties vermelles</p> <p>Truita de patates i amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Arròs integral 3 delícies (gambes, pèsols, pastanaga) Filet de gall dindi a la planxa amb tomàquet amanit Fruita</p>	<p>18</p> <p>Sopa de brou de pollastre amb pasta integral</p> <p>Filet de lluç a l'orli i pastanaga ratllada</p> <p>logurt natural *</p> <p><i>I per sopar...</i> Bròquil amb patates Salsitxes de pollastre a la planxa amb enciam i olives Fruita</p>	<p>19</p> <p>Arròs amb xampinyons</p> <p>Cigrons amb sofregit de ceba i tomàquet i amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Crema de verdures Orada al forn amb llit de patata i ceba Fruita</p>	<p>20</p> <p>Verdura (mongeta tendra) bullida amb patates</p> <p>Estofat de pollastre amb verdures i cuscús</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Macarrons integrals amb crema de llet, daus de pollastre i formatge ratllat Fruita</p>	<p>21</p> <p>Amanida variada (amb enciam, tomàquet, poma, olives i pastanaga) (Crema de verdures)</p> <p>Fideuà de peix</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> <u>Hamburguesa vegetariana:</u> pa d'hamburguesa, hamburguesa vegetal, enciam, tomàquet, formatge i patates fregides logurt</p>
<p>24</p> <p>Arròs integral amb samfaina</p> <p>Lleties amb carbassó i pastanaga i amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Crema de carbassa Llenguado al forn amb all i julivert i rodanxes de carbassó Fruita</p>	<p>25</p> <p>Macarrons napolitana (amb salsa de tomàquet i formatge ratllat)</p> <p>Truita a les fines herbes amb pa amb tomàquet i pastanaga ratllada</p> <p>logurt natural*</p> <p><i>I per sopar...</i> Espinacs amb patates Pit de gall dindi a la planxa amb tomàquet xerry amanit Fruita</p>	<p>26</p> <p>Crema de carbassa</p> <p>Pollastre al forn amb llimona i amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Espaguetis integrals amb bròquil i formatge ratllat Mandonguilles vegetals amb samfaina Fruita</p>	<p>27</p> <p>Trinxat de col i patata</p> <p>Calamars a l'andalusa i amanida de tomàquet</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Arròs integral a la cubana (amb salsa de tomàquet, ou, plàtan) Fruita</p>	<p>28</p> <p>Cigrons guisats amb verdures</p> <p>Llom arrebossat i pastanaga ratllada</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> <u>Nit de tacós:</u> Amb carn picada de vedella sofregida amb ceba, enciam, tomàquet i formatge al gust Làctic</p>
<p>31</p> <p>Espirals de colors amb crema (amb crema de llet, pernil cuit i formatge)</p> <p>Truita d'espinacs i pastanaga ratllada</p> <p>Fruita del temps</p> <p><i>I per sopar...</i> Mongeta verda amb patates Pernillets de pollastre al forn amb llit de ceba i tomàquet Fruita</p>	<p>* El iogurt. Progressivament anem introduint el iogurt sense sucre. El curs 2024-25, a 13, 14, 15, 1r, 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> <p>. Els règims puntuals (astringents o laxants), s'han de demanar a la cuina abans de les 10 del matí (93 581 10 82)</p> <p>. El llegum i la pasta són de producció ecològica.</p> <p>. Dos dies a la setmana (els dimarts i els dijous) mengem el pa integral.</p> <p>. Un dia a la setmana el menú no conté proteïna animal</p> <p>. Els plats entre parèntesi són específics per als/les alumnes d'Infantil.</p> <p>. Aquest menú pot ser modificat per causes imprevistes o de força major.</p> <p>. Per fer-nos qualsevol consulta ens trobareu a l'Escola, al telèfon 93 581 10 82 de 9h a 11h i al mail educadors4uatresl@gmail.com.</p> <p>. Menú revisat i sopars proposats per Lúcia Arumí Riera, Diplomada en Dietètica i Nutrició Humana (Núm. col·legiada CAT000373), per a Educadors 4uatresl.</p>			

