



| Dilluns                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Dimarts                                                                                                                                                                                                                                                                            | Dimecres                                                                                                                                                                                                                                                                            | Dijous                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Divendres                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>5</b><br><b>Festiu</b><br><b>El Roser de Maig</b><br>                                                                                                                                                             | <b>6</b><br><b>Amanida de lleties amb tomàquet, pebrot i ceba</b><br>Llom a la planxa i amanida d'enciam<br><b>logurt natural *</b><br><i>I per sopar...</i><br>Mongeta verda i patata<br>Pit de pollastre a la planxa amb tomàquet amanit i nous<br>Fruita                        | <b>7</b><br><b>Arròs integral amb salsa de tomàquet</b><br>Calamars a l'andalusa i pastanaga ratllada<br><b>Fruita del temps</b><br><i>I per sopar...</i><br>Sopa minestrone<br>Mandonguilles de pollastre amb salsa de ceba, pastanaga i patates<br>Fruita                         | <b>8</b><br><b>Amanida variada (enciam, tomàquet, poma i olives) (Crema de verdures)</b><br>Cigrons amb patates i verdures<br><b>Fruita del temps</b><br><i>I per sopar...</i><br>Crema de pastanaga<br>Filet de lluç al forn a les fines herbes amb llet de patata i tomàquet<br>Fruita                     | <b>9</b><br><b>Galets amb salsa de formatges</b><br>Pollastre al forn amb poma i amanida d'enciam<br><b>Fruita del temps</b><br><i>I per sopar...</i><br>Ensaladilla amb tonyina<br>Quiche de verdures<br>logurt                                         |
| <b>12</b><br><b>Verdura (espinacs) bullida amb patates</b><br>Lleties saltejades amb arròs integral<br><b>Fruita del temps</b><br><i>I per sopar...</i><br>Espaguetis integrals amb oli i formatge ratllat<br>Croquetes de pollastre amb enciam i pipes<br>Fruita                                     | <b>13</b><br><b>Arròs a l'hortolana (amb verdures)</b><br>Filet de pollastre arrebossat (sense ou) i amanida d'enciam<br><b>logurt natural *</b><br><i>I per sopar...</i><br>Escalivada de pebrot, albergínia i patata a daus<br>Salmó a la planxa amb tomàquet i olives<br>Fruita | <b>14</b><br><b>Crema de carbassó</b><br>Fricandó de vedella amb bolets i pastanaga ratllada<br><b>Fruita del temps</b><br><i>I per sopar...</i><br>Amanida verda (enciam, tomàquet, formatge fresc, olives, blat de moro, cogombre...)           Mongeta seca de l'olla<br>Fruita  | <b>15</b><br><b>Macarrons a la napolitana (amb salsa de tomàquet i formatge ratllat)</b><br>Seitó fresc a l'andalusa i tomàquet amanit<br><b>Fruita del temps</b><br><i>I per sopar...</i><br>Crema de porros<br>Pit de gall dindi a la planxa amb all i julivert amb carbassó arrebossat sense ou<br>Fruita | <b>16</b><br><b>Cigrons guisats amb ceba pastanaga</b><br>Pollastre a la planxa i amanida d'enciam<br><b>Fruita del temps</b><br><i>I per sopar...</i><br>Pizza cassolana<br>Fruita                                                                      |
| <b>19</b><br><b>Espaguetis amb salsa verda (amb alfàbrega, julivert, all i oli d'oliva)</b><br>Estofat de gall dindi amb verdures i pastanaga ratllada<br><b>Fruita del temps</b><br><i>I per sopar...</i><br>Crema de verdures<br>Llobarro al forn amb llet de llimona amb tomàquet amanit<br>Fruita | <b>20</b><br><b>Verdura (mongeta tendra) bullida amb patates</b><br>Llom a la planxa amb amanida d'enciam<br><b>logurt natural *</b><br><i>I per sopar...</i><br>Gaspatxo<br>Cuixetes de pollastre a la cassola amb patates i poma<br>Fruita                                       | <b>21</b><br><b>Amanida d'arròs (amb enciam, pastanaga, blat de moro i olives)</b><br>Cigrons amb samfaina<br><b>Fruita del temps</b><br><i>I per sopar...</i><br>Minestra de verdura amb patates<br>Filet de gall dindi enfarinat (amb farina de pa) amb enciam i olives<br>Fruita | <b>22</b><br><b>Sopa de brou de verdures amb pasta integral</b><br>Bunyols de bacallà casolans (sense ou) amb pastanaga ratllada<br><b>Fruita del temps</b><br><i>I per sopar...</i><br>Puré de patates gratinades<br>Tires de pollastre saltades amb verdures (ceba, pebrot)<br>Fruita                      | <b>23</b><br><b>Crema de lleties vermelles amb verdures</b><br>Hamburguesa de pollastre al forn amb ceba i amanida d'enciam<br><b>Fruita del temps</b><br><i>I per sopar...</i><br>Arròs integral a la cubana (amb salsa de tomàquet i plàtan)<br>Làctic |
| <b>26</b><br><b>Amanida de pasta de colors (amb formatge fresc i pernil cuit)</b><br>Vedella a la planxa i amanida de tomàquet<br><b>Fruita del temps</b><br><i>I per sopar...</i><br>Crema de carbassó<br>Bacallà amb salsa de tomàquet i patates al forn<br>Fruita                                  | <b>27</b><br><b>Cigrons guisats amb carbassa</b><br>Pollastre al forn amb llimona i amanida d'enciam<br><b>logurt natural *</b><br><i>I per sopar...</i><br>Sopa de pollastre amb pasta integral<br>Seitons enfarinats amb tomàquet amanit i pipes<br>Fruita                       | <b>28</b><br><b>Arròs integral amb tomàquet</b><br>Filet de lluç a l'andalusa i pastanaga ratllada<br><b>Fruita del temps</b><br><i>I per sopar...</i><br>Amanida de tomàquet, olives, formatge tendre<br>Pa amb tomàquet i pernil<br>Fruita                                        | <b>29</b><br><b>Patates bullides amb pell i amanida</b><br>Llom de porc al forn amb arròs integral a les fines herbes<br><b>Fruita del temps</b><br><i>I per sopar...</i><br>Espirals amb salsa de verdures<br>Mandonguilles de pollastre amb enciam i espàrrecs blancs<br>Fruita                            | <b>30</b><br><b>Crema de pastanaga</b><br>Lleties amb verdures i cuscús<br><b>Fruita del temps</b><br><i>I per sopar...</i><br>Creps de pernil i formatge<br>Crep dolç al gust                                                                           |

\* 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.

Els **règims puntuals** (astringents o laxants), s'han de demanar a la cuina **abans de les 10 del matí (93 581 10 82)**

El llegum i la pasta són de **producció ecològica**.

Dos dies a la setmana (els dimarts i els dijous) mengem el **pa integral**.

Un dia a la setmana el menú no conté proteïna animal

Els plats entre parèntesi són específics per als/les alumnes d'Infantil.

Aquest menú pot ser modificat per causes imprevistes o de força major.

Per fer-nos qualsevol consulta ens trobareu a l'Escola, al telèfon 93 581 10 82 de 9h a 11h i al mail [educadors4uatre@gmail.com](mailto:educadors4uatre@gmail.com).

Menú revisat i sopars proposats per Lúdia Arumí Riera, Diplomada en Dietètica i Nutrició Humana (Núm. col·legiada CAT000373), per a Educadors 4uatre SL.

