

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

* El **iogurt**. Progressivament anem introduint el iogurt sense sucre. El curs 2024-25, a I3, I4, I5, 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 imprevisibles 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 educadors4uatresl@gmail.com.

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

