

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1

VACANCES DE PRIMAVERA

2

**Espirals#** amb salsa de tomàquet  
**Croquetes de mill#**  
Guarnició de pastanaga i olives  
logurt natural ECO sense sucre

3

Coliflor amb patata  
**Truita a la francesa sense ou\***  
(amb farina de cigró)  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

4

Arròs integral amb salsa de verdures  
**Peix blanc (\*\*)** al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

5

Sopa de brou vegetal amb **fideus#**  
**Burritos vegetals de soja texturitzada ECO\***  
Patates xip  
Fruita

8

Amanida d'arròs vegetal  
**Truita a la francesa sense ou\***  
(amb farina de cigró) a la paisana  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

9

Cigrons amb oli  
Pollastre al forn amb taronja  
Amanida d'enciam i col llombarda  
Fruita

10

Mongeta tendra amb patata  
**Peix blanc (\*\*)** al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt natural ECO sense sucre

11

Puré de verdures  
**Lasanya# de llenties\***  
Fruita

12

Pèsols amb patata  
**Mandonguilles\*** de vedella amb salsa de tomàquet i ceba  
Fruita

15

Col amb patata  
**Tiretes# de peix blanc (\*\*)** casolanes  
Amanida d'enciam i **formatge fresc\***  
Fruita

16

Crema de porro  
**Espaguetis#** amb bolonyesa vegetal de **soja texturitzada ECO\***  
Fruita

17

Minestra de verdures amb patata  
**Truita a la francesa sense ou\***  
(amb farina de cigró) de cavalla  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18

Arròs saltejat amb xampinyons  
**Peix fresc de mercat (\*\*)**  
Amanida d'enciam i poma  
logurt natural ECO sense sucre

19

Crema de cigrons  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

22

Llenties amb picada d'all i julivert  
**Truita a la francesa sense ou\***  
(amb farina de cigró)  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

23

**ÒPAT DE SANT JORDI**  
Sopa de **lletres#**  
**Carn magra arrebossada#**  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
logurt de soja amb xocolata#

24

Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

25

Crema de pastanaga  
**Pizza de bolonyesa vegetal de soja texturitzada ECO\***  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

26

Bròquil amb patata  
Pollastre a l'allada  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita

29

Arròs amb verdures  
**Truita a la francesa sense ou\***  
(amb farina de cigró) de **formatge\***  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

30

Llenties saltejades amb sofregit  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

**S'utilitza pasta de blat de moro i arròs. Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. Són sense gluten.**

**\*Plat o producte sense ou, rap ni traces.**  
**#Producte especial sense ou ni rap.**

**(\*\*) Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat. (NO RAP)**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres



Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1  
VACANCES DE PRIMAVERA

2  
**Espirals#** amb salsa de tomàquet  
**Croquetes de mill#**  
Guarnició de pastanaga i olives  
logurt natural ECO sense sucre

3  
Coliflor amb patata  
**Truita a la francesa sense ou\***  
(amb farina de cigró)  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

4  
Arròs integral amb salsa de verdures  
Pit de pollastre a la planxa  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

5  
Sopa de brou vegetal amb **fideus#**  
**Burritos vegetals de soja texturitzada ECO\***  
Patates xip  
Fruita

8  
Amanida d'arròs vegetal  
**Truita a la francesa sense ou\***  
(amb farina de cigró) a la paisana  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

9  
Cigrons amb oli  
Pollastre al forn amb taronja  
Amanida d'enciam i col llombarda  
Fruita

10  
Mongeta tendra amb patata  
**Hamburguesa casolana de llegums\***  
Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt natural ECO sense sucre

11  
Puré de verdures  
**Lasanya# de llenties\***  
Fruita

12  
Pèsols amb patata  
**Mandonguilles\*** de vedella amb salsa de tomàquet i ceba  
Fruita

15  
Col amb patata  
**Tiretes#** de gall dindi casolanes  
Amanida d'enciam i **formatge fresc\***  
Fruita

16  
Crema de porro  
**Espaguetis#** amb bolonyesa vegetal de **soja texturitzada ECO\***  
Fruita

17  
Minestra de verdures amb patata  
**Truita a la francesa sense ou\***  
(amb farina de cigró) de cavalla  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18  
Arròs saltejat amb xampinyons  
**Hamburguesa casolana de llegums\***  
Amanida d'enciam i poma  
logurt natural ECO sense sucre

19  
Crema de cigrons  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

22  
Llenties amb picada d'all i julivert  
**Truita a la francesa sense ou\***  
(amb farina de cigró)  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

23  
**ÒPAT DE SANT JORDI**  
Sopa de llentès#  
Carn magra **arrebossada#**  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
logurt de soja amb xocolata#

24  
Arròs integral amb salsa de tomàquet  
**Truita a la francesa sense ou\***  
(amb farina de cigró)  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

25  
Crema de pastanaga  
**Pizza de bolonyesa vegetal de soja texturitzada ECO\***  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

26  
Bròquil amb patata  
Pollastre a l'allada  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita

29  
Arròs amb verdures  
**Truita a la francesa sense ou\***  
(amb farina de cigró) de **formatge\***  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

30  
Llenties saltejades amb sofregit  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

**S'utilitza pasta de blat de moro i arròs. Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. Són sense gluten.**

**\*Plat o producte sense ou, peix ni traces.**  
**#Producte especial sense ou ni peix.**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1  
VOCANCES DE PRIMAVERA

2  
Espirals amb salsa de tomàquet  
**Croquetes de mill#**  
Guarnició de pastanaga i olives  
**logurt de soja#**

3  
Coliflor amb patata  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

4  
Arròs integral amb salsa de verdures  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

5  
Sopa de brou vegetal amb fideus  
Burrits vegetals de **soja texturitzada ECO\***  
Patates xip  
**(amb formatge vegà#)**  
Fruita

8  
Amanida d'arròs vegetal  
Trita a la paisana  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

9  
Cigrans amb oli  
Pollastre al forn amb taronja  
Amanida d'enciam i col llombarda  
Fruita

10  
Mongeta tendra amb patata  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
**logurt de soja#**

11  
Purè de verdures  
**Lasanya de llenties\***  
(sense beixamel i amb sofregit i **formatge vegà#**)  
Fruita

12  
Pèsols amb patata  
**Mandonguilles\*** de vedella amb salsa de tomàquet i ceba  
Fruita

15  
Col amb patata  
**Tiretes\*** de peix blanc\*\* casolanes  
Amanida d'enciam i **formatge vegà#**  
Fruita

16  
Crema de porro (sense llet)  
Espaguetis integrals amb bolonyesa vegetal de **soja texturitzada ECO\***  
Fruita

17  
Minestra de verdures amb patata  
Trita de cavalla  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18  
Arròs saltejat amb xampinyons  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i poma  
**logurt de soja#**

19  
Crema de cigrans  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

22  
Llenties amb picada d'all i julivert  
Ous durs amb salsa de tomàquet  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

23  
**ÒPAT DE SANT JORDI**  
Sopa de lletres  
Carn magra **arrebossada\***  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
**logurt de soja amb xocolata#**

24  
Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

25  
Crema de pastanaga  
**Pizza#** de bolonyesa vegetal de **soja texturitzada ECO\***  
**(amb base de pizza i formatge vegà#)**  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

26  
Bròquil amb patata  
Pollastre a l'allada  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita

29  
Arròs amb verdures  
Trita de **formatge vegà#**  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

30  
Llenties saltejades amb sofregit  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

**\*Plat o producte sense PLV, ni traces.**  
**#Producte especial sense PLV.**

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1  
VOCANCES DE PRIMAVERA

2  
Espirals amb salsa de tomàquet  
**Croquetes de mill#**  
Guarnició de pastanaga i olives  
**logurt de soja#**

3  
Coliflor amb patata  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

4  
Arròs integral amb salsa de verdures  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

5  
Sopa de brou vegetal amb fideus  
Burritis vegetals de **soja texturitzada ECO\***  
Patates xip  
**(amb formatge vegà#)**  
Fruita

8  
Amanida d'arròs vegetal  
Trita a la paisana  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

9  
Cigrons amb oli  
Pollastre al forn amb taronja  
Amanida d'enciam i col llombarda  
Fruita

10  
Mongeta tendra amb patata  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
**logurt de soja#**

11  
Puré de verdures  
**Lasanya de llenties\***  
(sense beixamel i amb sofregit i **formatge vegà#**)  
Fruita

12  
Pèsols amb patata  
**Mandonguilles vegetals\*** amb salsa de tomàquet i ceba  
Fruita

15  
Col amb patata  
**Tiretes\*** de peix blanc\*\* casolanes  
Amanida d'enciam i **formatge vegà#**  
Fruita

16  
Crema de porro (sense llet)  
Espaguetis integrals amb bolonyesa vegetal de **soja texturitzada ECO\***  
Fruita

17  
Minestra de verdures amb patata  
Trita de cavalla  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18  
Arròs saltejat amb xampinyons  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i poma  
**logurt de soja#**

19  
Crema de cigrons  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

22  
Llenties amb picada d'all i julivert  
Ous durs amb salsa de tomàquet  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

23  
**ÒPAT DE SANT JORDI**  
Sopa de lletres (brou vegetal)  
Carn magra **arrebossada\***  
Amanida d'enciam i pipès de gira-sol  
**logurt de soja amb xocolata#**

24  
Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

25  
Crema de pastanaga  
**Pizza#** de bolonyesa vegetal de **soja texturitzada ECO\***  
**(amb base de pizza i formatge vegà#)**  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

26  
Bròquil amb patata  
Pollastre a l'allada  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita

29  
Arròs amb verdures  
Trita de **formatge vegà#**  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

30  
Llenties saltejades amb sofregit  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

**\*Plat o producte sense PLV, ni traces.**  
**#Producte especial sense PLV.**

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres



Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1  
VOCANCES DE PRIMAVERA

2  
Espirals amb salsa de tomàquet  
**Croquetes de mill#**  
Guarnició de pastanaga i olives  
**logurt sense lactosa#**

3  
Coliflor amb patata  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

4  
Arròs integral amb salsa de verdures  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

5  
Sopa de brou vegetal amb fideus  
**Burritos vegetals de soja texturitzada ECO\***  
**(amb formatge sense lactosa#)**  
Patates xip  
Fruita

8  
Amanida d'arròs vegetal  
Trita a la paisana  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

9  
Cigrans amb oli  
Pollastre al forn amb taronja  
Amanida d'enciam i col llombarda  
Fruita

10  
Mongeta tendra amb patata  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
**logurt sense lactosa#**

11  
Purè de verdures  
**Lasanya de lleties\***  
**(amb beixamel i formatge#)**  
Fruita

12  
Pèsols amb patata  
**Mandonguilles\*** de vedella amb salsa de tomàquet i ceba  
Fruita

15  
Col amb patata  
**Tiretes\*** de peix blanc\*\* casolanes  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

16  
Crema de porro (sense llet)  
Espaguetis integrals amb bolonyesa vegetal de **soja texturitzada ECO\***  
Fruita

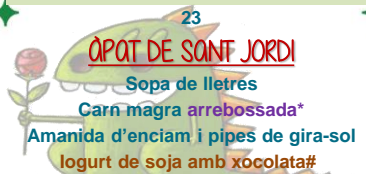
17  
Minestra de verdures amb patata  
Trita de cavalla  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18  
Arròs saltejat amb xampinyons  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i poma  
**logurt sense lactosa#**

19  
Crema de cigrans  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

22  
Lleties amb picada d'all i julivert  
Ous durs amb salsa de tomàquet  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

23  
**ÒPAT DE SANT JORDI**  
Sopa de lletres  
Carn magra **arrebossada\***  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
**logurt de soja amb xocolata#**



24  
Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

25  
Crema de pastanaga  
**Pizza#** de bolonyesa vegetal de **soja texturitzada ECO\***  
**(amb base de pizza i formatge#)**  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

26  
Bròquil amb patata  
Pollastre a l'allada  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita

29  
Arròs amb verdures  
Trita de **formatge#**  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

30  
Lleties saltejades amb sofregit  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

**\*Plat o producte sense lactosa, ni traces.**  
**#Producte especial sense lactosa.**

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seió entre d'altres



Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1  
VACANCES DE PRIMAVERA

2  
**Espirals#** amb salsa de tomàquet  
**Croquetes de mill#**  
Guarnició de pastanaga i olives  
logurt natural ECO sense sucre

3  
Coliflor amb patata  
**Truita a la francesa sense ou\***  
(amb farina de cigró)  
Amanida d'enciam i remolatxa  
**Fruita\***

4  
Arròs integral amb salsa de verdures  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
**Fruita\***

5  
Sopa de brou vegetal amb **fideus#**  
**Burrits vegetals de soja texturitzada ECO\***  
Patates xip  
**Fruita\***

8  
Amanida d'arròs vegetal  
**Truita a la francesa sense ou\***  
(amb farina de cigró) a la paisana  
Amanida d'enciam i poma  
**Fruita\***

9  
Cigrons amb oli  
Pollastre al forn amb taronja  
Amanida d'enciam i col llombarda  
**Fruita\***

10  
Mongeta tendra amb patata  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt natural ECO sense sucre

11  
Puré de verdures  
**Lasanya# de llenties\***  
**Fruita\***

12  
Pèsols amb patata  
**Mandonguilles\*** de vedella amb salsa de tomàquet i ceba  
**Fruita\***

15  
Col amb patata  
**Tiretes#** de peix blanc\*\* casolanes  
Amanida d'enciam i **formatge fresc\***  
**Fruita\***

16  
Crema de porro  
**Espaguetis#** amb bolonyesa vegetal de **soja texturitzada ECO\***  
**Fruita\***

17  
Minestra de verdures amb patata  
**Truita a la francesa sense ou\***  
(amb farina de cigró) de cavalla  
Amanida d'enciam i olives  
**Fruita\***

18  
Arròs saltejat amb xampinyons  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i poma  
logurt natural ECO sense sucre

19  
Crema de cigrons  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Amanida d'enciam i pastanaga  
**Fruita\***

22  
Llenties amb picada d'all i julivert  
**Truita a la francesa sense ou\***  
(amb farina de cigró)  
Amanida d'enciam i olives  
**Fruita\***

23  
**ÒPAT DE SANT JORDI**  
**Sopa de lletres#**  
**Carn magra arrebossada#**  
**Amanida d'enciam**  
**logurt de soja amb xocolata#**

24  
Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
**Fruita\***

25  
Crema de pastanaga  
**Pizza de bolonyesa vegetal de soja texturitzada ECO\***  
Amanida d'enciam i cogombre  
**Fruita\***

26  
Bròquil amb patata  
Pollastre a l'allada  
Amanida d'enciam i tomàquet  
**Fruita\***

29  
Arròs amb verdures  
**Truita a la francesa sense ou\***  
(amb farina de cigró) de **formatge\***  
Amanida d'enciam i remolatxa  
**Fruita\***

30  
Llenties saltejades amb sofregit  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
**Fruita\***

S'utilitza pasta de blat de moro i arròs.  
Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. Són sense gluten.

\*Plat o producte sense fruits secs, plàtan, ou ni traces.  
#Producte especial sense fruits secs, plàtan ni ou

\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1  
VACANCES DE PRIMAVERA

2  
Espirals amb salsa de tomàquet  
Croquetes de mill  
Guarnició de pastanaga i olives  
logurt natural ECO sense sucre

3  
Coliflor amb patata  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

4  
Arròs integral amb salsa de verdures  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

5  
Sopa de brou vegetal amb fideus  
Burritos vegetals de soja texturitzada  
ECO  
Patates xip  
Fruita

8  
Amanida d'arròs vegetal  
Trita a la paisana  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

9  
Cigrons amb oli  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i col llombarda  
Fruita

10  
Mongeta tendra amb patata  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt natural ECO sense sucre

11  
Purè de verdures  
Lasanya de llenties  
Fruita

12  
Pèsols amb patata  
Mandonguilles vegetals amb salsa de  
tomàquet i ceba  
Fruita

15  
Col amb patata  
Tiretes de peix blanc\*\* casolanes  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

16  
Crema de porro  
Espaguetis integrals amb bolonyesa  
vegetal de soja texturitzada ECO  
Fruita

17  
Minestra de verdures amb patata  
Trita de cavalla  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18  
Arròs saltejat amb xampinyons  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i poma  
logurt natural ECO sense sucre

19  
Crema de cigrons  
Trita a les fines herbes  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

22  
Llenties amb picada d'all i julivert  
Ous durs amb salsa de tomàquet  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

23  
**ÒPAT DE SANT JORDI**  
Sopa de lletres  
(brou vegetal)  
Formatge edam arrebossat  
Amanida d'enciam i pipès de gira-sol  
Crema catalana

24  
Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

25  
Crema de pastanaga  
Pizza de bolonyesa vegetal de soja  
texturitzada ECO  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

26  
Bròquil amb patata  
Gall de Sant Pere\*\* al forn  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita

29  
Arròs amb verdures  
Trita de formatge  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

30  
Llenties saltejades amb sofregit  
Hamburguesa vegetal  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire,  
entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó,  
Palometa, Seitò entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1  
VACANCES DE PRIMAVERA

2  
Espirals amb salsa de tomàquet  
Croquetes de pollastre  
Guarnició de pastanaga i olives  
logurt natural ECO sense sucre

3  
Coliflor amb patata  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

4  
Arròs integral amb salsa de verdures  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

5  
Sopa de brou vegetal amb fideus  
Burritos vegetals de soja texturitzada  
ECO  
Patates xip  
Fruita

8  
Amanida d'arròs vegetal  
Trita a la paisana  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

9  
Cigrons amb oli  
Pollastre al forn amb taronja  
Amanida d'enciam i col llombarda  
Fruita

10  
Mongeta tendra amb patata  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt natural ECO sense sucre

11  
Purè de verdures  
Lasanya de lleties  
Fruita

12  
Pèsols amb patata  
Mandonguilles de vedella amb salsa de  
tomàquet i ceba  
Fruita

15  
Col amb patata  
Tiretes de peix blanc\*\* casolanes  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

16  
Crema de porro  
Espaguets integrals amb bolonyesa  
vegetal de soja texturitzada ECO  
Fruita

17  
Minestra de verdures amb patata  
Trita de cavalla  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18  
Arròs saltejat amb xampinyons  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i poma  
logurt natural ECO sense sucre

19  
Crema de cigrons  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

22  
Lleties amb picada d'all i julivert  
Ous durs amb salsa de tomàquet  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

23  
**ÒPAT DE SANT JORDI**  
Sopa de lletres  
Formatge edam arrebossat  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Crema catalana

24  
Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

25  
Crema de pastanaga  
Pizza de bolonyesa vegetal de soja  
texturitzada ECO  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

26  
Bròquil amb patata  
Pollastre a l'allada  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita

29  
Arròs amb verdures  
Trita de formatge  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

30  
Lleties saltejades amb sofregit  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire,  
entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó,  
Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org





## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1  
VOCANCES DE PRIMAVERA

2  
**Espirals#** amb salsa de tomàquet  
**Croquetes de mill#**  
Guarnició de pastanaga i olives  
logurt natural ECO sense sucre

3  
Coliflor amb patata  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

4  
Arròs integral amb salsa de verdures  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

5  
Sopa de brou vegetal amb **fideus#**  
**Burrits vegetals de soja texturitzada sense gluten#**  
Patates xip  
Fruita

8  
Amanida d'arròs vegetal  
Trita a la paisana  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

9  
Cigrons amb oli  
Pollastre al forn amb taronja  
Amanida d'enciam i col llombarda  
Fruita

10  
Mongeta tendra amb patata  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt natural ECO sense sucre

11  
Puré de verdures  
**Lasanya de soja sense gluten#**  
**(beixamel amb maicena#)**  
Fruita

12  
Pèsols amb patata  
**Mandonguilles\*** de vedella amb salsa de tomàquet i ceba  
Fruita

15  
Col amb patata  
**Tiretes#** de peix blanc\*\* casolanes  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

16  
Crema de porro  
**Espaguetis amb bolonyesa vegetal de soja texturitzada sense gluten#**  
Fruita

17  
Minestra de verdures amb patata  
Trita de cavalla  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18  
Arròs saltejat amb xampinyons  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i poma  
logurt natural ECO sense sucre

19  
Crema de cigrons  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

22  
**Lenties\*** amb picada d'all i julivert  
Ous durs amb salsa de tomàquet  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

23  
**ÒPAT DE SANT JORDI**  
**Sopa de lletres#**  
**Carn magra arrebossada#**  
**Amanida d'enciam i pipes de gira-sol**  
**Crema catalana\***

24  
Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

25  
Crema de pastanaga  
**Pizza de bolonyesa vegetal de soja texturitzada sense gluten#**  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

26  
Bròquil amb patata  
Pollastre a l'allada  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita

29  
Arròs amb verdures  
Trita de formatge  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

30  
**Lenties\*** saltejades amb sofregit  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

**\*Plat o producte sense gluten ni traces.**  
**#Producte especial sense gluten**

**S'utilitza pasta de blat de moro i arròs.**  
**Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. Són sense gluten.**

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1  
VOCANCES DE PRIMAVERA

2  
**Espirals#** amb salsa de tomàquet  
**Croquetes de mill#**  
Guarnició de pastanaga i olives  
**logurt de soja (SOJASUN)#**

3  
Coliflor amb patata  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

4  
Arròs integral amb salsa de verdures  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

5  
Sopa de brou vegetal amb **fideus#**  
**Burrits vegetals de soja texturitzada sense gluten#**  
**(amb formatge vegà#)**  
Patates xip  
Fruita

8  
Amanida d'arròs vegetal  
Trita a la paisana  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

9  
Cigrons amb oli  
Pollastre al forn amb taronja  
Amanida d'enciam i col llombarda  
Fruita

10  
Mongeta tendra amb patata  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
**logurt de soja (SOJASUN)#**

11  
Purè de verdures  
**Lasanya de soja sense gluten#**  
**(beixamel amb maicena i formatge vegà#)**  
Fruita

12  
Pèsols amb patata  
**Mandonguilles\*** de vedella amb salsa de tomàquet i ceba  
Fruita

15  
Col amb patata  
**Tiretes#** de peix blanc\*\* casolanes  
Amanida d'enciam i **formatge vegà#**  
Fruita

16  
Crema de porro (sense llet)  
**Espaguetis amb bolonyesa vegetal de soja texturitzada sense gluten#**  
Fruita

17  
Minestra de verdures amb patata  
Trita de cavalla  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18  
Arròs saltejat amb xampinyons  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i poma  
**logurt de soja (SOJASUN)#**

19  
Crema de cigrons  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

22  
**Llenties\*** amb picada d'all i julivert  
Ous durs amb salsa de tomàquet  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

23  
**ÒPAT DE SANT JORDI**  
**Sopa de lletres#**  
**Carn magra arrebossada#**  
**Amanida d'enciam i pipes de gira-sol**  
**logurt de soja am xocolata#**

24  
Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

25  
Crema de pastanaga  
**Pizza de bolonyesa vegetal de soja texturitzada sense gluten#**  
**(amb base de pizza i formatge vegà#)**  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

26  
Bròquil amb patata  
Pollastre a l'allada  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita

29  
Arròs amb verdures  
Trita de **formatge vegà#**  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

30  
**Llenties\*** saltejades amb sofregit  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

**\*Plat o producte sense gluten, PLV ni traces.**  
**#Producte especial sense gluten ni PLV.**

**S'utilitza pasta de blat de moro i arròs.**  
**Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. Són sense gluten.**

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1  
VACANCES DE PRIMAVERA

2  
Espirals amb salsa de tomàquet  
Croquetes de pollastre  
Guarnició de pastanaga i olives  
logurt natural ECO sense sucre

3  
Coliflor amb patata  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

4  
Arròs integral amb salsa de verdures  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

5  
Sopa de brou vegetal amb fideus  
Burritos vegetals de soja texturitzada  
ECO  
Patates xip  
Fruita

8  
Amanida d'arròs vegetal  
Trita a la paisana  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

9  
Patates amb oli  
Pollastre al forn amb taronja  
Amanida d'enciam i col llombarda  
Fruita

10  
Mongeta tendra amb patata  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt natural ECO sense sucre

11  
Puré de verdures  
Lasanya de lleties  
Fruita

12  
Pèsols amb patata  
Mandonguilles de vedella amb salsa de  
tomàquet i ceba  
Fruita

15  
Col amb patata  
Tiretes de peix blanc\*\* casolanes  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

16  
Crema de porro  
Espaguets integrals amb bolonyesa  
vegetal de soja texturitzada ECO  
Fruita

17  
Minestra de verdures amb patata  
Trita de cavalla  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18  
Arròs saltejat amb xampinyons  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i poma  
logurt natural ECO sense sucre

19  
Crema de pèsols  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

22  
Lleties amb picada d'all i julivert  
Ous durs amb salsa de tomàquet  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

23  
**ÒPAT DE SANT JORDI**  
Sopa de lletres  
Llibrets de pernil i formatge  
Amanida d'enciam i pipes de gira-sol  
Crema catalana

24  
Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

25  
Crema de pastanaga  
Pizza de bolonyesa vegetal de soja  
texturitzada ECO  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

26  
Bròquil amb patata  
Pollastre a l'allada  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita

29  
Arròs amb verdures  
Trita de formatge  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

30  
Lleties saltejades amb sofregit  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire,  
entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó,  
Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1  
VACANCES DE PRIMAVERA

2  
Espirals amb salsa de tomàquet  
Croquetes de pollastre  
Guarnició de pastanaga i olives  
logurt natural ECO sense sucre

3  
Coliflor amb patata  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

4  
Arròs integral amb salsa de verdures  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

5  
Sopa de brou vegetal amb fideus  
Burritos vegetals de soja texturitzada  
ECO  
Patates xip  
Fruita

8  
Amanida d'arròs vegetal  
Trita a la paisana  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

9  
Cigròns amb oli  
Pollastre al forn amb taronja  
Amanida d'enciam i col llombarda  
Fruita

10  
Mongeta tendra amb patata  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt natural ECO sense sucre

11  
Purè de verdures  
Lasanya de soja texturitzada  
Fruita

12  
Pèsols amb patata  
Mandonguilles vegetals amb salsa de  
tomàquet i ceba  
Fruita

15  
Col amb patata  
Tiretes de peix blanc\*\* casolanes  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

16  
Crema de porro  
Espaguetis integrals amb bolonyesa  
vegetal de soja texturitzada ECO  
Fruita

17  
Minestra de verdures amb patata  
Trita de cavalla  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18  
Arròs saltejat amb xampinyons  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i poma  
logurt natural ECO sense sucre

19  
Crema de cigròns  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

22  
Patates amb picada d'all i julivert  
Ous durs amb salsa de tomàquet  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

23  
**ÒPAT DE SANT JORDI**  
Sopa de lletres  
(brou vegetal)  
Formatge edam arrebossat  
Amanida d'enciam i pipès de gira-sol  
Crema catalana

24  
Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

25  
Crema de pastanaga  
Pizza de bolonyesa vegetal de soja  
texturitzada ECO  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

26  
Bròquil amb patata  
Pollastre a l'allada  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita

29  
Arròs amb verdures  
Trita de formatge  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

30  
Pèsols saltejats amb sofregit  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitò entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1  
VACANCES DE PRIMAVERA

2  
Espirals amb salsa de tomàquet  
**Croquetes de pollastre\***  
Guarnició de pastanaga i olives  
logurt natural ECO sense sucre

3  
Coliflor amb patata  
Trita a la francesa  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

4  
Arròs integral amb salsa de verdures  
Peix blanc\*\* al forn amb salsa verda  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

5  
Sopa de brou vegetal amb fideus  
**Burritos vegetals de picada de seitan i tofu\***  
Patates xip  
Fruita

8  
Amanida d'arròs vegetal  
Trita a la paisana  
Amanida d'enciam i poma  
Fruita

9  
Cigrans amb oli  
Pollastre al forn amb taronja  
Amanida d'enciam i col llombarda  
Fruita

10  
Mongeta tendra amb patata  
Peix blanc\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt natural ECO sense sucre

11  
Purè de verdures  
**Lasanya de lleties\***  
Fruita

12  
Pèsols amb patata  
**Mandonguilles\*** de vedella amb salsa de tomàquet i ceba  
Fruita

15  
Col amb patata  
**Tiretes\*** de peix blanc\*\* casolanes  
Amanida d'enciam i formatge fresc  
Fruita

16  
Crema de porro  
Espaguetis integrals amb bolonyesa vegetal de **picada de seitan i tofu\***  
Fruita

17  
Minestra de verdures amb patata  
Trita de cavalla  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

18  
Arròs saltejat amb xampinyons  
Peix fresc de mercat  
Amanida d'enciam i poma  
logurt natural ECO sense sucre

19  
Crema de cigrans  
Pollastre al forn a les fines herbes  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

22  
Lleties amb picada d'all i julivert  
Ous durs amb salsa de tomàquet  
Amanida d'enciam i olives  
Fruita

23  
**ÒPAT DE SANT JORDI**  
Sopa de lletres  
**Librets de pernil i formatge\***  
Amanida d'enciam  
**Crema catalana\***

24  
Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Peix blau\*\* al forn  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita

25  
Crema de pastanaga  
**Pizza de bolonyesa vegetal de picada de seitan i tofu\***  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita

26  
Bròquil amb patata  
Pollastre a l'allada  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita

29  
Arròs amb verdures  
Trita de formatge  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita

30  
Lleties saltejades amb sofregit  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita

**\*Plat o producte sense fruits secs ni traces.**  
**#Producte especial sense fruits secs**

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

## CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada  
logurt sense sucre  
Proteïna vegetal ecològica  
Verdura fresca (primers plats)



Arròs  
Pasta  
Pa blanc integral tots els dies  
Cereals



Arròs  
Mensualment peix fresc de mercat  
Fruita de temporada  
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres  
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres

a més a més

Oli d'oliva  
Sal iodada  
Carns blanques d'origen català  
Vedella de Girona

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

## DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org  
esplai.escola@fundesplai.org

