

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Escola Jaume Ferran i Clua

MENÚ ABRIL - LLEGUMS

30	31	1	2	3
SETMANA SANTA	SETMANA SANTA	SETMANA SANTA	SETMANA SANTA	SETMANA SANTA
6	7	8	9	10
SETMANA SANTA	Purè de verdures (mongeta tendra, carbassa, porro, pastanaga, ceba i patata) Pasta amb bolonyesa de vedella Enciam i olives negres / Pa integral Iogurt ECO natural	Arròs ECO integral amb tomàquet Pollastre a l'allet Xampinyons saltats amb all i julivert Fruita del temps Pa integral	Sopa d'au amb pasta ECO Carn magre de porc arrebossada Enciam i pastanaga Fruita del temps Pa integral	Patates amb hortalisses Lluç al forn amb salsa verda Enciam i geminats Fruita del temps Pa integral
	<i>Amanida d'arròs i formatge fresc</i>	<i>Crema de verdures Peix blau</i>	<i>Amanida de patata Ou</i>	<i>Verdura al forn Pizza vegetal casolana</i>
13	14	15	16	17
Purè de pastanaga Ous durs amb tomàquet Enciam i blat de moro Fruita del temps Pa integral	Vichissoise (Porro ECO, patata i llet) Pollastre al forn amb salsa de prunes Amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps Pa integral	Amanida d'enciams, pastanaga, blat de moro, olives i formatge fresc Arròs ECO negre amb calamars Fruita del temps Pa integral	Mongeta tendra i patata Gall d'indi a la planxa Fruita del temps Pa integral	Espirals ECO integrals a la napolitana (tomàquet, pastanaga i carbassó) Bacallà fresc arrebossat Daus de carbassa ECO al forn amb oli i sal Fruita del temps Pa integral
<i>Pasta amb tomàquet Carn blanca</i>	<i>Verdures al forn Peix blanc</i>	<i>Mongeta tendra i patata Ou</i>	<i>Amanida Carn vermella</i>	<i>Crema de verdures Tacos vegetals casolans</i>
20	21	22	23	24
Purè de patata Tiretes de lluç cruixents Enciam i poma Fruita del temps Pa integral Croston de pa	Arròs pilaf ECO Gall d'indi a l'orenga (guisat amb sofregit i xampinyons) Enciam i ravenets Fruita del temps Pa integral	Purè de pastanaga Truita de patata i ceba Enciam i pastanaga Fruita del temps Pa amb tomàquet	SANT JORDI Sopa de lletres Botifarra de porc al forn Patates al forn Batut casolà de iogurt ECO i plàtan Pa integral	Amanida d'enciams, pastanaga, blat de moro i ou dur Pasta amb bolonyesa de vedella Fruita del temps Pa integral
<i>Sopa de pasta Ou</i>	<i>Pasta amb verdures i formatge</i>	<i>Crema de verdures Carn blanca</i>	<i>Coca de verdures</i>	<i>Verdura al forn Hamburguesa vegetal casolana</i>
27	28	29	30	1
Arròs integral ECO amb tomàquet Truita d'espinaacs i patata Enciam i pastanaga Fruita del temps Pa amb tomàquet	Patates amb hortalisses Maira arrebossada Amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps Pa integral	Cuscús ECO amb hortalisses (pastanaga, carbassó i ceba) Pollastre al forn Panís de blat de moro al forn Fruita del temps Pa integral	Amanida d'enciams, nous, panses i crostons Pasta amb bolonyesa de vedella Fruita del temps Pa integral	
<i>Verdures al forn Tofu a la planxa</i>	<i>Mongeta i patata Carn blanca</i>	<i>Arròs amb verdures Ou</i>	<i>Crema de verdures Peix blau al forn</i>	

Les amanides dels infants d'13, 14, 15 i 1R no contenen fruits secs.

MILLORES NUTRICIONALS

Productes ecològics: pasta, arròs, cuscús, llegums, iogurts, proteïna vegetal, Carns i verdures fresques. Els aliments es processen a la cuina. Cuinem amb oli d'oliva.
Productes integrals: pasta (espirals), arròs, pa.
Peix fresc: bacallà i sonso (producte de temporada).
Fruita i hortalisses de temporada, proximitat i Km0, producció integrada i ecològica.
Carns de proximitat: vedella de Girona i pollastre groc català.

Podeu trobar la informació d'al·lèrgens a la web de Paidos www.paidos.cat

Paidos
Fundesplai

Menú elaborat per Marisa Cera, dietista col·legiada CAT000326

2025-26