

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1a SETMANA	Crema de verdures o coliflor amb patata Mandonguilles de llegums amb sofregit de tomàquet i pèsols <u>Fruita cítrica de temporada ecològica</u>	Arròs amb verdures o tomàquet Trita de pernil amb <u>enciam ecològic</u> <u>Fruita de temporada ecològica</u>	Mongeta verda pastanaga i patata <u>Vedella ecològica amb enciam ecològic</u> i panses <u>Fruita de temporada ecològica</u>	Pasta sense gluten amb tomàquet i formatge Pollastre al forn amb <u>verdures ecològiques</u> logurt de proximitat	Llenties estofades amb <u>arròs integral ecològic</u> Peix blanc amb ceba i <u>patata ecològica</u> <u>Fruita cítrica de temporada ecològica</u>
2a SETMANA	Arròs amb verdures <u>Hamburguesa de vedella ecològica</u> amb tomàquet amanit Plàtan	Pasta sense gluten amb formatge i bacon (fumat natural) Peix blau* amb tomàquet, pastanaga i <u>enciam ecològic</u> <u>Fruita de temporada ecològica</u>	Trinxat o mongeta pastanaga i patata llom de porc amb cogombre i olives <u>Fruita de temporada ecològica</u>	Sopa d'arròs Pit de pollastre a la planxa <u>amb enciam ecològic</u> i panses <u>logurt ecològic</u>	Cigrons amb <u>patata ecològica</u> Trita de pernil o formatge amb tomàquet i <u>enciam ecològic</u> <u>Fruita cítrica de temporada ecològica</u>
3a SETMANA	Arròs amb verdures mandonguilles de llegums amb sofregit de tomàquet i pèsols <u>Fruita cítrica de temporada ecològica</u>	Mongeta blanca amb patata Lluç a la planxa amb pastanaga i <u>enciam ecològic</u> <u>Fruita de temporada ecològica</u>	<u>Sopa de verdures ecològiques</u> amb pasta sense gluten (carbassa, porro pastanaga i patata) Trita de patates amb tomàquet i <u>enciam ecològic</u> <u>Fruita de temporada ecològica</u>	Pasta sense gluten amb tomàquet i formatge Hamburguesa de conill amb <u>enciam ecològic</u> i panses logurt de proximitat	Mongeta verda pastanaga i patata Pernilets de pollastre amb prunes al forn <u>Fruita de temporada ecològica</u>
4a SETMANA	Cigrons amb patata i espinacs <u>Fricandó de vedella ecològica</u> <u>Fruita cítrica de temporada ecològica</u>	Crema de porro o carbassó Pit de gall d'indi planxa amb pastanaga i <u>enciam ecològic</u> <u>Fruita de temporada ecològica</u>	Arròs amb tomàquet o verdures Trita de formatge o pernil amb <u>enciam ecològic</u> i cogombre Plàtan	Mongeta verda pastanaga i patata <u>Salsitxa de porc amb xips de verdures ecològiques</u> logurt de proximitat	Brou amb pasta sense gluten Peix blau* amb <u>verdures ecològiques</u> <u>Fruita de temporada ecològica</u>

MENÚ ESCOLAR 1er TRIMESTRE DE CURS

- El menú esta elaborat amb producte de temporada, producte de proximitat i productes ecològics
- Destaquem els productes ecològics en el menú en negreta i subratllats
- Per a confeccionar aquest menú, ens hem basat amb el menú conceptual de *Fundació Alicia* ha estat elaborat per la Dietista-Nutricionista Núria Aragüés Baró.col.legiada CAT0738
- Peix blau: variant seitó i salmó fresc, segons mercat, peix blanc: variant, llenguado, rapo bacallà, segons mercat
- Els menús segueixen les clàusules que de la llei Llei17/2011, de 5 juliol de seguretat alimentària i nutrició, de la Guia l'alimentació saludable en l'etapa escolar, Edició 2020.
- Gràfic d'al.lèrgens que poden estar presents en el menú

