

	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 Pit gall d'indi planxa amb <u>enciam ecològic Fruita de temporada ecològica</u>	Mongeta verda pastanaga i patata <u>Escalopa (sense ou) de vedella ecològica amb enciam ecològic</u> i panses <u>Fruita de temporada ecològica</u>	<u>Macarrons ecològics</u> 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 Fruita cítrica de temporada ecològica</u>
2a SETMANA	Arròs amb verdures <u>Hamburguesa de vedella ecològica</u> amb tomàquet amanit Plàtan	Espirals blancs amb formatge i bacon (fumat natural) Peix blau* amb tomàquet, pastanaga i <u>enciam ecològic Fruita de temporada ecològica</u> 	Trinxat o mongeta pastanaga i patata Escalopa (sense ou) de llom de porc amb cogombre i olives <u>Fruita de temporada ecològica</u> 	Sopa de galets Pit de pollastre a la planxa <u>amb enciam ecològic</u> i panses <u>logurt ecològic</u> 	Cigrons amb <u>patata ecològica</u> Hamburguesa de conill amb tomàquet i <u>enciam ecològic 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 Fruita de temporada ecològica</u> 	<u>Sopa de verdures ecològiques</u> amb pasta fina (carbassa, porro pastanaga, patata) Croquetes de llenties amb tomàquet i <u>enciam ecològic Fruita de temporada ecològica</u> 	Espaguetis 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 Fruita cítrica de temporada ecològica</u> 	Crema de porro o carbassó Pit de gall d'indi arrebossat(sense ou) amb pastanaga i <u>enciam ecològic Fruita de temporada ecològica</u> 	Arròs amb tomàquet o verdures Peix blanc 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 pistons Peix blau* amb <u>verdures ecològiques 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
- Pasta integral, mínim un cop a la setmana
- 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

