




















	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1a SETMANA	Pasta sense gluten amb bolonyesa d'espínacs, panses i formatge Mandonguilles de llegums <u>Fruita cítrica de temporada ecològica</u> 	Arròs amb verdures o tomàquet Rap o filet de llenguado al forn amb ceba i <u>patata ecològica</u> <u>Fruita de temporada ecològica</u> 	Mongeta verda pèsols i patata <u>Escalopa amb (farina sense gluten) de vedella ecològica amb tomàquet i pastanaga</u> <u>Fruita de temporada</u>	Macarrons sense gluten amb tomàquet i formatge Salsitxa de pollastre amb amanida de fruita <u>logurt de proximitat</u> 	Sopa de meló o síndria Truita de pernil amb <u>amanida de lleties Fruita cítrica de temporada ecològica</u> 
2a SETMANA	Arròs amb sofregit de verdures <u>Hamburguesa de vedella ecològica</u> amb amanida <u>d'enciam ecològic</u> i panses <u>Fruita de temporada</u>	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>  	Mongeta, pastanaga i patata Salsitxa de porc amb <u>enciam ecològic</u> , cogombre i olives Plàtan 	Meló amb pernil Pit de pollastre a la planxa amb patates fregides <u>logurt ecològic</u> 	Cigrons amb <u>patata ecològica</u> Truita de pernil o formatge amb <u>verdures ecològiques</u> Gelat sense gluten  
3a SETMANA	Mongeta verda, pèsols i patata mandonguilles de llegums <u>Fruita cítrica de temporada ecològica</u>	Amanida russa Truita de formatge o pernil amb tomàquet i <u>enciam ecològic</u> <u>Fruita de temporada ecològica</u>  	Mongeta blanca amb patata Lluç a la planxa amb pastanaga i <u>enciam ecològic</u> <u>Fruita de temporada</u> 	Pasta sense gluten amb tomàquet i formatge Hamburguesa de conill amb <u>enciam ecològic</u> i panses logurt de proximitat 	Arròs amb sofregit de verdures Pernilets de pollastre amb prunes al forn Gelat sense gluten 
4a SETMANA	Cigrons amb patata <u>Mandonguilles (sense gluten) de vedella ecològica</u> amb pèsols <u>Fruita cítrica de temporada ecològica</u>	Crema de carbassó Pit de gall d'indi arrebossat(sense gluten) amb pastanaga i <u>enciam ecològic</u> <u>Fruita de temporada ecològica</u>	Arròs amb tomàquet o verdures Truita de formatge o pernil amb <u>enciam ecològic</u> i cogombre Plàtan 	Mongeta verda pastanaga i patata Pit de pollastre a la planxa <u>amb xips de verdures ecològiques</u> logurt de proximitat 	Amanida de pasta sense gluten Peix blau* amb <u>verdures ecològiques</u> Gelat sense gluten  

MENÚ ESCOLAR 3er 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* i 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 17/2011, 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

