




















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

#### MENÚ ESCOLAR 3er TRIMESTRE DE CURS

- El menú està 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 seït 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 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

