

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1a SETMANA	Pasta 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 Ou ferrat amb tomàquet i pastanaga <u>Fruita de temporada</u> 	<u>Macarrons ecològics</u> amb tomàquet i formatge Croquetes de llenties amb amanida de fruita logurt de proximitat 	Sopa de meló i síndria Trita de formatge amb amanida de llenties <u>Fruita cítrica de temporada ecològica</u>
2a SETMANA	Arròs amb sofregit de verdures Croquetes de llenties amb amanida <u>d'enciam ecològic</u> i panses <u>Fruita de temporada</u> 	Espirals blancs amb formatge Peix blau* amb tomàquet, pastanaga i <u>enciam ecològic</u> <u>Fruita de temporada ecològica</u> 	Mongeta, pastanaga i patata Ou dur amb <u>enciam ecològic</u> , cogombre i olives Plàtan 	Meló Peix blanc a la planxa amb patates fregides <u>logurt ecològic</u> 	Cigrons amb <u>patata ecològica</u> Trita de formatge amb <u>verdures ecològiques</u> <u>logurt ecològic</u> Gelat
3a SETMANA	Mongeta verda, pèsols i patata mandonguilles de llegums <u>Fruita cítrica de temporada ecològica</u> 	Amanida russa Trita de formatge 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> 	Espaguetis amb tomàquet i formatge Ou ferrat amb <u>enciam ecològic</u> i panses logurt de proximitat 	Arròs amb sofregit de verdures Peix blau amb <u>enciam ecològic</u> Gelat
4a SETMANA	Cigrons amb patata Mandonguilles de llegums <u>Fruita cítrica de temporada ecològica</u> 	Crema de carbassó Peix blanc amb pastanaga i <u>enciam ecològic</u> <u>Fruita de temporada ecològica</u> 	Arròs amb tomàquet o verdures Trita de formatge amb <u>enciam ecològic</u> i cogombre Plàtan 	Mongeta verda pastanaga i patata Ou dur <u>amb xips de verdures ecològiques</u> logurt de proximitat 	Amanida de pasta Peix blau* amb <u>verdures ecològiques</u> Gelat

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 negra 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
- 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

