

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1a SETMANA	Pasta amb bolonyesa d'espínacs, panses 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 de vedella ecològica amb</u> tomàquet i pastanaga <u>Fruita de temporada</u>	<u>Macarrons ecològics</u> amb tomàquet i formatge Salsitxa de pollastre amb amanida de fruita <u>Fruita de temporada</u>	Sopa de meló o síndria Truita de pernil amb <i>amanida de lleties</i> <u>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>	Espirals blancs amb 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>Fruita de temporada</u>	Cigrons amb <u>patata ecològica</u> Truita de pernil o formatge amb <u>verdures ecològiques</u> Fruita de temporada
3a SETMANA	Mongeta verda, pèsols i patata Mandonguilles de llegums <u>Fruita cítrica de temporada ecològica</u>	Amanida russa Truita de 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>	Espaguetis amb tomàquet Hamburguesa de conill amb <u>enciam ecològic</u> i panses Fruita de temporada	Arròs amb sofregit de verdures Pernilets de pollastre amb prunes al forn Fruita de temporada
4a SETMANA	Cigrons amb patata <u>Mandonguilles de vedella ecològica</u> amb pèsols <u>Fruita cítrica de temporada ecològica</u>	Crema de carbassó Pit de gall d'indi arrebossat amb pastanaga i <u>enciam ecològic</u> <u>Fruita de temporada ecològica</u>	Arròs amb tomàquet o verdures Truita de 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> Fruita de temporada	Amanida de pasta Peix blau* amb <u>verdures ecològiques</u> Fruita de temporada

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
- 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

