

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S4	3 Llenties amb arròs Truita a la francesa Enciam i panses Pa integral Fruita àcida	4 Bròcoli amb xipi-xipi Lasanya vegetal i casolana Pa blanc Fruita 	5 Brou vegetal i pasta Magra de porc estofada Enciam i olives pa integral Fruita	6 Arròs integral amb salsa de verdures Lluç a la planxa Enciam amb panses i poma i pa blanc logurt 	7 Crema de llegum o llegum bullit amanit amb oli  Pollastre arrebossat Bastonets de pastanaga i pa integral Fruita
S5	10 Crema de carbassa Macarrons amb bolonyesa de vedella d'Osona Pa integral Fruita 	11 Arròs amb hortalisses Bunyols de bacallà Enciam i pastanaga i pa blanc Fruita 	12 Trinxat de col i patata Gall dindi estofat Enciam i panses i pa integral Fruita	13 Mongetes estofades amb hortalisses Truita d'espínacs Enciam i olives i pa blanc Fruita àcida	14 Brou de peix i pasta Pollastre amb salsa de moniato Enciam i blat i pa integral logurt 
S1	17 Cuscús amb verdures Vedella amb xampinyons Pa integral Fruita	18 Crema de verdures de temporada Aletes de pollastre al forn Ceba caramel·litzada i pa blanc Fruita 	19 Arròs amb tomàquet Hamburguesa vegetal Enciam i pastanaga i pa integral Fruita	20 Mongeta amb patata Bacallà al forn amb tomàquet i ceba Enciam i blat i pa blanc Fruita	21 Cigrons amb espínacs Truita francesa Enciam i pipes i pa integral Batut de iogurt i plàtan
S2	24 Brou vegetal i pasta Salsitxes de porc Patates de luxe Pa integral Fruita 	25 Llenties estofades amb hortalisses Truita de patates Enciam i olives Pa integral Fruita àcida	26 Crema de moniato, porro i ceba Pasta amb bolonyesa vegetal Pa integral Fruita 	27 Patata amb pèsols Wok de pollastre i verdures Pa blanc Fruita àcida	28 Arròs amb verdures Peix fresc  Bastonets de pastanaga fresca i pa blanc logurt
S3	31 Pasta integral amb salsa de tomàquet o carbonara vegetal amb formatge Lluç al forn amb papillote d'espínacs, enciam i blat i pa integral Fruita 				



27 de març: Dia Mundial del Teatre

Treballem activitats relacionades amb l'expressió i les arts escèniques per retre un homenatge al món del teatre. Alhora treballem la creativitat, el treball en equip i les emocions.

VISITA EL NOSTRE BLOG

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S4	3 Llegum sense gluten amb arròs* Trita a la francesa Enciam i panses Pa* Fruita àcida	4 Bròcoli amb xipi-xipi Pasta amb bolonyesa vegetal de llegum sense glute* Pa* Fruita	5 Brou vegetal i pasta* Magra de porc estofada Enciam i olives Pa* Fruita	6 Arròs integral amb salsa de verdures Lluç a la planxa Enciam amb panses i poma i pa* 100% INTEGRAL iogurt	7 Crema de llegum o llegum bullit amanit amb oli  Pollastre arrebossat* Bastonets de pastanaga i pa* Fruita
S5	10 Crema de carbassa Macarrons amb bolonyesa de vedella d'Osona* Pa* DE COMARQUES Fruita	11 Arròs amb hortalisses Bunyols de bacallà* Enciam i pastanaga i pa* Fruita  FET AL COL·LE	12 Trinxat de col i patata Gall dindi estofat Enciam i panses i pa* Fruita	13 Mongetes estofades amb hortalisses Trita d'espínacs Enciam i olives i pa* Fruita àcida	14 Brou de peix i pasta* Pollastre amb salsa de moniato Enciam i blat i pa* logurt  NO SUGAR DAY
S1	17 Pasta amb verdures* Vedella amb xampinyons Pa* Fruita	18 Crema de verdures de temporada Aletes de pollastre al forn Ceba caramel·litzada i pa* FET AL COL·LE Fruita 	19 Arròs amb tomàquet Hamburguesa vegetal feta al col·le* Enciam i pastanaga i pa* Fruita	20 Mongeta amb patata Bacallà al forn amb tomàquet i ceba Enciam i blat i pa* Fruita	21 Cigrons amb espínacs Trita francesa Amanida *i pa* Batut de iogurt i plàtan
S2	24 Brou vegetal i pasta* Salsitxes de porc Patates de luxe Pa* TASTETS Fruita 	25 Llegum sense gluten estofat amb hortalisses* Trita de patates Enciam i olives Pa* Fruita àcida	26 Crema de moniato, porro i ceba Pasta amb bolonyesa vegetal sense gluten* Pa* MEATLESS DAY Fruita 	27 Patata amb pèsols Wok de pollastre i verdures* Pa* Fruita àcida	28 Arròs amb verdures Peix fresc*  BLAU FRESH Bastonets de pastanaga fresca i pa* iogurt
S3	31 Pasta amb salsa de tomàquet amb formatge* Lluç al forn amb papillote d'espínacs, enciam i blat i pa* Fruita  TU TRIES SALSA				



27 de març: Dia Mundial del Teatre

Treballem activitats relacionades amb l'expressió i les arts escèniques per retre un homenatge al món del teatre. Alhora treballem la creativitat, el treball en equip i les emocions.

[VISITA EL NOSTRE BLOG](#)

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S4	3 Arròs amb oli* Truita a la francesa Pa blanc logurt natural sense lactosa*	4 Bròcoli amb patata* Peix planxa* Pa blanc logurt natural sense lactosa*	5 Pasta amb oli* Magra de porc planxa* Pa blanc logurt natural sense lactosa*	6 Arròs amb oli* Lluç a la planxa Pa blanc logurt natural sense lactosa*	7 Patata amb oli* Pollastre planxa* Pa blanc logurt natural sense lactosa*
S5	10 Patata bullida* Carn d'au planxa* Pa blanc logurt natural sense lactosa*	11 Arròs amb oli* Bacallà planxa* Pa blanc logurt natural sense lactosa*	12 Bròcoli i patata* Gall dindi planxa* Pa blanc logurt natural sense lactosa*	13 Arròs amb oli* Truita francesa* Pa blanc logurt natural sense lactosa*	14 Pasta amb oli* Pollastre planxa* Pa blanc logurt natural sense lactosa*
S1	17 Pasta amb oli* Vedella planxa* Pa blanc logurt natural sense lactosa*	18 Patata bullida* Aletes de pollastre al forn Pa blanc logurt natural sense lactosa*	19 Arròs amb oli* Carn d'au planxa* Pa blanc logurt natural sense lactosa*	20 Coliflor amb patata* Bacallà al forn* Pa blanc logurt natural sense lactosa*	21 Patata bullida* Truita francesa Pa blanc logurt natural sense lactosa*
S2	24 Pasta amb oli* Carn vermella planxa* Patates Pa blanc logurt natural sense lactosa*	25 Arròs amb oli* Truita de patates Pa blanc logurt natural sense lactosa*	26 Pasta amb oli* Peix planxa* Pa blanc logurt natural sense lactosa*	27 Patata bullida* Pollastre planxa* Pa blanc logurt natural sense lactosa*	28 Arròs amb oli* Peix fresc Pa blanc logurt natural sense lactosa*
S3	31 Pasta amb oli* Lluç al forn* Pa blanc logurt natural sense lactosa*				



27 de març: Dia Mundial del Teatre

Treballem activitats relacionades amb l'expressió i les arts escèniques per retre un homenatge al món del teatre. Alhora treballem la creativitat, el treball en equip i les emocions.

[VISITA EL NOSTRE BLOG](#)

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S4	3 Arròs amb oli* Truita a la francesa Pa blanc logurt natural	4 Bròcoli amb patata* Peix planxa* Pa blanc logurt natural	5 Pasta amb oli* Magra de porc planxa* Pa blanc logurt natural	6 Arròs amb oli* Lluç a la planxa Pa blanc logurt natural	7 Patata amb oli* Pollastre planxa* Pa blanc logurt natural
S5	10 Patata bullida* Carn d'au planxa* Pa blanc logurt natural	11 Arròs amb oli* Bacallà planxa* Pa blanc logurt natural	12 Bròcoli i patata* Gall dindi planxa* Pa blanc logurt natural	13 Arròs amb oli* Truita francesa* Pa blanc logurt natural	14 Pasta amb oli* Pollastre planxa* Pa blanc logurt natural
S1	17 Pasta amb oli* Vedella planxa* Pa blanc logurt natural	18 Patata bullida* Aletes de pollastre al forn Pa blanc logurt natural	19 Arròs amb oli* Carn d'au planxa* Pa blanc logurt natural	20 Coliflor amb patata* Bacallà al forn * a blanc logurt natural	21 Patata bullida* Truita francesa Pa blanc logurt natural
S2	24 Pasta amb oli* Carn vermella planxa* Patates Pa blanc logurt natural	25 Arròs amb oli* Truita de patates Pa blanc logurt natural	26 Pasta amb oli* Peix planxa* Pa blanc logurt natural	27 Patata bullida* Pollastre planxa* Pa blanc logurt natural	28 Arròs amb oli* Peix fresc Pa blanc logurt natural
S3	31 Pasta amb oli* Lluç al forn * Pa blanc logurt natural				



27 de març: Dia Mundial del Teatre

Treballem activitats relacionades amb l'expressió i les arts escèniques per retre un homenatge al món del teatre. Alhora treballem la creativitat, el treball en equip i les emocions.

[VISITA EL NOSTRE BLOG](#)



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S4	3 Llenties amb arròs Truita a la francesa Enciam i panses Pa integral Fruita àcida	4 Brècoli amb xipi-xipi Lasanya vegetal i casolana* Pa blanc Fruita 	5 Brou vegetal i pasta Magra de porc estofada Enciam i olives pa integral Fruita 	6 Arròs integral amb salsa de verdures Lluç a la planxa Enciam amb panses i poma i pa blanc Iogurt sense lactosa*	7 Crema de llegum o llegum bullit amanit amb oli  Pollastre arrebossat Bastonets de pastanaga i pa integral Fruita
S5	10 Crema de carbassa Macarrons amb bolonyesa de vedella d'Osona Pa integral Fruita 	11 Arròs amb hortalisses Bunyols de bacallà* Enciam i pastanaga i pa blanc Fruita 	12 Trinxat de col i patata Gall dindi estofat Enciam i panses i pa integral Fruita	13 Mongetes estofades amb hortalisses Truita d'espínacs Enciam i olives i pa blanc Fruita àcida	14 Brou de peix i pasta Pollastre amb salsa de moniato Enciam i blat i pa integral Iogurt sense lactosa* 
S1	17 Cuscús amb verdures Vedella amb xampinyons Pa integral Fruita 	18 Crema de verdures de temporada Aletes de pollastre al forn Ceba caramel·litzada i pa blanc Fruita	19 Arròs amb tomàquet Hamburguesa vegetal feta al col·le* Enciam i pastanaga i pa integral Fruita	20 Mongeta amb patata Bacallà al forn amb tomàquet i ceba Enciam i blat i pa blanc Fruita	21 Cigrons amb espínacs Truita francesa Enciam i pipes i pa integral Batut de iogurt sense lactosa* i plàtan
S2	24 Brou vegetal i pasta Salsitxes de porc Patates de luxe Pa integral Fruita 	25 Llenties estofades amb hortalisses Truita de patates Enciam i olives Pa integral Fruita àcida	26 Crema de moniato, porro i ceba Pasta amb bolonyesa vegetal Pa integral Fruita 	27 Patata amb pèsols Wok de pollastre i verdures Pa blanc Fruita àcida	28 Arròs amb verdures Peix fresc  Bastonets de pastanaga fresca i pa blanc Iogurt sense lactosa*
S3	31 Pasta integral amb salsa de tomàquet o carbonara vegetal* Lluç al forn* Enciam i blat i pa integral Fruita 				



27 de març: Dia Mundial del Teatre

Treballem activitats relacionades amb l'expressió i les arts escèniques per retre un homenatge al món del teatre. Alhora treballem la creativitat, el treball en equip i les emocions.

VISITA EL NOSTRE BLOG

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S4	3 Llenties amb arròs Truita a la francesa Enciam i panses Pa integral Fruita àcida	4 Bròcoli amb xipi-xipi Lasanya vegetal i casolana Pa blanc Fruita 	5 Brou vegetal i pasta Truita de patates* Enciam i olives pa integral Fruita	6 Arròs integral amb salsa de verdures Llegum saltat* Enciam amb panses i poma i pa blanc  logurt	7 Crema de llegum o llegum bullit amanit amb oli Ous al forn* Bastonets de pastanaga i pa integral Fruita 
S5	10 Crema de carbassa Macarrons amb bolonyesa de vegetal* Pa integral Fruita	11 Arròs amb hortalisses Bunyols vegetals* Enciam i pastanaga i pa blanc Fruita 	12 Trinxat de col i patata Ous al forn* Enciam i panses i pa integral Fruita	13 Mongetes estofades amb hortalisses Truita d'espínacs Enciam i olives i pa blanc Fruita àcida	14 Brou vegetal i pasta* Llegum amb moniato* Enciam i blat i pa integral logurt 
S1	17 Cuscús amb verdures Soja amb xampinyons* Pa integral Fruita	18 Crema de verdures de temporada Truita francesa* Ceba caramel·litzada i pa blanc Fruita 	19 Arròs amb tomàquet Hamburguesa vegetal Enciam i pastanaga i pa integral Fruita	20 Mongeta amb patata Pasta sofregit de tomàquet i ceba* Enciam i blat i pa blanc Fruita	21 Cigróns amb espínacs Truita francesa Enciam i pipes i pa integral Batut de iogurt i plàtan
S2	24 Brou vegetal i pasta Llegum amb verdures* Patates de luxe Pa integral Fruita 	25 Llenties estofades amb hortalisses Truita de patates Enciam i olives Pa integral Fruita àcida	26 Crema de moniato, porro i ceba Pasta amb bolonyesa vegetal Pa integral Fruita 	27 Patata amb pèsols Revoltim d'ou i verdures Pa blanc Fruita àcida	28 Arròs amb verdures Crema de llegum* Bastonets de pastanaga fresca i pa blanc logurt
S3	31 Pasta integral amb salsa de tomàquet o carbonara vegetal amb formatge Llegum saltat amb espínacs Enciam i blat i pa integral Fruita 				



27 de març: Dia Mundial del Teatre

Treballem activitats relacionades amb l'expressió i les arts escèniques per retre un homenatge al món del teatre. Alhora treballem la creativitat, el treball en equip i les emocions.

[VISITA EL NOSTRE BLOG](#)

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S4	3 Llenties amb arròs Truita a la francesa Enciam i panses Pa integral Fruita àcida	4 Bròcoli amb xipi-xipi Lasanya vegetal i casolana* Pa blanc Fruita 	5 Brou vegetal i pasta Truita de patates* Enciam i olives pa integral Fruita 	6 Arròs integral amb salsa de verdures Llegum saltat* Enciam amb panses i poma i pa blanc Beguda vegetal*	7 Crema de llegum o llegum bullit amanit amb oli Ous al forn* Bastonets de pastanaga i pa integral Fruita 
S5	10 Crema de carbassa Macarrons amb bolonyesa de vegetal* Pa integral Fruita	11 Arròs amb hortalisses Bunyols vegetals* Enciam i pastanaga i pa blanc Fruita 	12 Trinxat de col i patata Ous al forn* Enciam i panses i pa integral Fruita	13 Mongetes estofades amb hortalisses Truita d'espínacs Enciam i olives i pa blanc Fruita àcida	14 Brou vegetal i pasta* Llegum amb moniato* Enciam i blat i pa integral Beguda vegetal*
S1	17 Cuscús amb verdures Soja amb xampinyons* Pa integral Fruita	18 Crema de verdures de temporada Truita francesa* Ceba caramel·litzada i pa blanc Fruita 	19 Arròs amb tomàquet Hamburguesa vegetal* Enciam i pastanaga i pa integral Fruita	20 Mongeta amb patata Pasta sofregit de tomàquet i ceba* Enciam i blat i pa blanc Fruita	21 Cigrons amb espínacs Truita francesa Enciam i pipes i pa integral Beguda vegetal* i plàtan
S2	24 Brou vegetal i pasta Llegum amb verdures* Patates de luxe Pa integral Fruita 	25 Llenties estofades amb hortalisses Truita de patates Enciam i olives Pa integral Fruita àcida	26 Crema de moniato, porro i ceba Pasta amb bolonyesa vegetal Pa integral Fruita 	27 Patata amb pèsols Revoltim d'ou i verdures Pa blanc Fruita àcida	28 Arròs amb verdures Crema de llegum* Bastonets de pastanaga fresca i pa blanc Beguda vegetal*
S3	31 Pasta integral amb salsa de tomàquet o carbonara vegetal* Llegum saltat amb espínacs Enciam i blat i pa integral Fruita 				



27 de març: Dia Mundial del Teatre

Treballem activitats relacionades amb l'expressió i les arts escèniques per retre un homenatge al món del teatre. Alhora treballem la creativitat, el treball en equip i les emocions.

VISITA EL NOSTRE BLOG

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S4	3 Llenties amb arròs Truita a la francesa Enciam i panses Pa integral Fruita àcida	4 Bròcoli amb xipi-xipi Lasanya vegetal i casolana* Pa blanc Fruita 	5 Brou vegetal i pasta Magra de porc estofada Enciam i olives pa integral Fruita 	6 Arròs integral amb salsa de verdures Lluç a la planxa Enciam amb panses i poma i pa blanc Fruita*	7 Crema de llegum o llegum bullit amanit amb oli  Pollastre arrebossat Bastonets de pastanaga i pa integral Fruita
S5	10 Crema de carbassa Macarrons amb bolonyesa vegetal* Pa integral Fruita	11 Arròs amb hortalisses Bunyols de bacallà* Enciam i pastanaga i pa blanc Fruita 	12 Trinxat de col i patata Gall dindi estofat Enciam i panses i pa integral Fruita	13 Mongetes estofades amb hortalisses Truita d'espínacs Enciam i olives i pa blanc Fruita àcida	14 Brou de peix i pasta Pollastre amb salsa de moniato Enciam i blat i pa integral Fruita*
S1	17 Cuscús amb verdures Soja amb xampinyons* Pa integral Fruita	18 Crema de verdures de temporada Aletes de pollastre al forn Ceba caramel·litzada i pa blanc Fruita 	19 Arròs amb tomàquet Hamburguesa vegetal feta al col.le* Enciam i pastanaga i pa integral Fruita	20 Mongeta amb patata Bacallà al forn amb tomàquet i ceba Enciam i blat i pa blanc Fruita	21 Cigrons amb espínacs Truita francesa Enciam i pipes i pa integral Fruita*
S2	24 Brou vegetal i pasta Salsitxes de porc Patates de luxe Pa integral Fruita 	25 Llenties estofades amb hortalisses Truita de patates Enciam i olives Pa integral Fruita àcida	26 Crema de moniato, porro i ceba Pasta amb bolonyesa vegetal Pa integral Fruita 	27 Patata amb pèsols Wok de pollastre i verdures Pa blanc Fruita àcida	28 Arròs amb verdures Peix fresc  Bastonets de pastanaga fresca i pa blanc Fruita*
S3	31 Pasta integral amb salsa de tomàquet o carbonara vegetal * Lluç al forn* Enciam i blat i pa integral Fruita 				



27 de març: Dia Mundial del Teatre

Treballem activitats relacionades amb l'expressió i les arts escèniques per retre un homenatge al món del teatre. Alhora treballem la creativitat, el treball en equip i les emocions.

[VISITA EL NOSTRE BLOG](#)

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S4	3 Llenties amb arròs Truita a la francesa Enciam i panses Pa integral Fruita àcida	4 Bròcoli amb xipi-xipi Lasanya vegetal i casolana Pa blanc Fruita 	5 Brou vegetal i pasta Truita de patates* Enciam i olives pa integral Fruita	6 Arròs integral amb salsa de verdures Lluç a la planxa Enciam amb panses i poma i pa blanc  logurt	7 Crema de llegum o llegum bullit amanit amb oli  Mandonguilles de peix* Bastonets de pastanaga i pa integral Fruita
S5	10 Crema de carbassa Macarrons amb bolonyesa de vegetal* Pa integral Fruita	11 Arròs amb hortalisses Bunyols de bacallà Enciam i pastanaga i pa blanc Fruita 	12 Trinxat de col i patata Ous al forn* Enciam i panses i pa integral Fruita	13 Mongetes estofades amb hortalisses Truita d'espínacs Enciam i olives i pa blanc Fruita àcida	14 Brou de peix i pasta Lluç al forn amb salsa de moniato* Enciam i blat i pa integral logurt 
S1	17 Cuscús amb verdures Soja amb xampinyons* Pa integral Fruita	18 Crema de verdures de temporada Lluç al forn* Ceba caramel·litzada i pa blanc Fruita 	19 Arròs amb tomàquet Hamburguesa vegetal Enciam i pastanaga i pa integral Fruita	20 Mongeta amb patata Bacallà al forn amb tomàquet i ceba Enciam i blat i pa blanc Fruita	21 Cigrons amb espínacs Truita francesa Enciam i pipes i pa integral Batut de iogurt i plàtan
S2	24 Brou vegetal i pasta Lluç planxa* Patates de luxe Pa integral Fruita 	25 Llenties estofades amb hortalisses Truita de patates Enciam i olives Pa integral Fruita àcida	26 Crema de moniato, porro i ceba Pasta amb bolonyesa vegetal Pa integral Fruita 	27 Patata amb pèsols Revoltim d'ou i verdures Pa blanc Fruita àcida	28 Arròs amb verdures Peix fresc  Bastonets de pastanaga fresca i pa blanc logurt
S3	31 Pasta integral amb salsa de tomàquet o carbonara vegetal amb formatge Lluç al forn amb papillote d'espínacs, enciam i blat i pa integral Fruita 				



27 de març: Dia Mundial del Teatre

Treballem activitats relacionades amb l'expressió i les arts escèniques per retre un homenatge al món del teatre. Alhora treballem la creativitat, el treball en equip i les emocions.

VISITA EL NOSTRE BLOG

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S4	3 Llenties amb arròs Truita a la francesa Amanida* Pa integral Fruita àcida	4 Bròcoli amb xipi-xipi Lassanya de llegum (no soja)* Pa blanc Fruita 	5 Brou vegetal i pasta Magra de porc estofada Enciam i olives pa integral Fruita	6 Arròs integral amb salsa de verdures Lluç a la planxa Amandi* i pa blanc logurt 	7 Crema de llegum o llegum bullit amanit amb oli  Pollastre arrebossat Bastonets de pastanaga i pa integral Fruita
S5	10 Crema de carbassa Macarrons amb bolonyesa de vedella d'Osona Pa integral Fruita 	11 Arròs amb hortalisses Bunyols de bacallà Enciam i pastanaga i pa blanc Fruita 	12 Trinxat de col i patata Gall dindi estofat Amanida* i pa integral Fruita	13 Mongetes estofades amb hortalisses Truita d'espínacs Enciam i olives i pa blanc Fruita àcida	14 Brou de peix i pasta Pollastre amb salsa de moniato Enciam i blat i pa integral logurt 
S1	17 Cuscús amb verdures Vedella amb xampinyons Pa integral Fruita	18 Crema de verdures de temporada Aletes de pollastre al forn Ceba caramel·litzada i pa blanc Fruita 	19 Arròs amb tomàquet Hamburguesa vegetal Enciam i pastanaga i pa integral Fruita	20 Mongeta amb patata Bacallà al forn amb tomàquet i ceba Enciam i blat i pa blanc Fruita	21 Cigrons amb espínacs Truita francesa Amanida* i pa integral Batut de iogurt i plàtan
S2	24 Brou vegetal i pasta Salsitxes de porc Patates de luxe Pa integral Fruita 	25 Llenties estofades amb hortalisses Truita de patates Enciam i olives Pa integral Fruita àcida	26 Crema de moniato, porro i ceba Pasta amb bolonyesa vegetal de llegum (no soja)* Pa integr 	27 Patata amb pèsols Wok de pollastre i verdures Pa blanc Fruita àcida	28 Arròs amb verdures Peix fresc  Bastonets de pastanaga fresca i pa blanc logurt
S3	31 Pasta integral amb salsa de tomàquet amb formatge* Lluç al forn amb papillote d'espínacs, enciam i blat i pa integral Fruita 				



27 de març: Dia Mundial del Teatre

Treballem activitats relacionades amb l'expressió i les arts escèniques per retre un homenatge al món del teatre. Alhora treballem la creativitat, el treball en equip i les emocions.

VISITA EL NOSTRE BLOG

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S4	3 Arròs amb verdures* Truita a la francesa Enciam i panses Pa integral Fruita àcida	4 Bròcoli amb xipi-xipi Lasanya de carn (no picada) casolana* Pa blanc Fruita 	5 Brou vegetal i pasta Magra de porc estofada Enciam i olives pa integral Fruita	6 Arròs integral amb salsa de verdures Lluç a la planxa Enciam amb panses i poma i pa blanc  logurt	7 Verdura* Pollastre arrebossat Bastonets de pastanaga i pa integral Fruita
S5	10 Crema de carbassa Macarrons amb carn (no picada)* Pa integral Fruita	11 Arròs amb hortalisses Bunyols de bacallà Enciam i pastanaga i pa blanc Fruita 	12 Trinxat de col i patata Gall dindi estofat Enciam i panses i pa integral Fruita	13 Verdura* Truita d'espínacs Enciam i olives i pa blanc Fruita àcida	14 Brou de peix i pasta Pollastre amb salsa de moniato Enciam i blat i pa integral logurt 
S1	17 Cuscús amb verdures Vedella amb xampinyons Pa integral Fruita	18 Crema de verdures de temporada Aletes de pollastre al forn Ceba caramel·litzada i pa blanc Fruita 	19 Arròs amb tomàquet Hamburguesa vegetal Enciam i pastanaga i pa integral Fruita	20 Verdura* amb patata Bacallà al forn amb tomàquet i ceba Enciam i blat i pa blanc Fruita	21 Patata amb espínacs* Truita francesa Enciam i pipes i pa integral Batut de iogurt i plàtan
S2	24 Brou vegetal i pasta Carn d'au* Patates de luxe Pa integral Fruita 	25 Verdura* Truita de patates Enciam i olives Pa integral Fruita àcida	26 Crema de moniato, porro i ceba Pasta amb bolonyesa de carn(no picada)* Pa integral Fruita 	27 Patata amb verdura* Wok de pollastre i verdures (sense salsa soja)* Pa blanc Fruita àcida	28 Arròs amb verdures Peix fresc  Bastonets de pastanaga fresca i pa blanc logurt
S3	31 Pasta integral amb salsa de tomàquet amb formatge* Lluç al forn amb papillote d'espínacs, enciam i blat i pa integral Fruita 				



27 de març: Dia Mundial del Teatre

Treballem activitats relacionades amb l'expressió i les arts escèniques per retre un homenatge al món del teatre. Alhora treballem la creativitat, el treball en equip i les emocions.

[VISITA EL NOSTRE BLOG](#)

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S4	3 Llenties amb arròs Truita a la francesa Enciam i panses Pa integral Fruita àcida	4 Bròcoli amb xipi-xipi Lasanya vegetal i casolana Pa blanc Fruita 	5 Brou vegetal i pasta Magra de porc estofada Enciam i olives pa integral Fruita	6 Arròs integral amb salsa de verdures Llegum saltat* Enciam amb panses i poma i pa blanc logurt 	7 Crema de llegum o llegum bullit amanit amb oli  Pollastre arrebossat Bastonets de pastanaga i pa integral Fruita
S5	10 Crema de carbassa Macarrons amb bolonyesa de vedella d'Osona Pa integral Fruita 	11 Arròs amb hortalisses Bunyols vegetals* Enciam i pastanaga i pa blanc Fruita 	12 Trinxat de col i patata Gall dindi estofat Enciam i panses i pa integral Fruita	13 Mongetes estofades amb hortalisses Truita d'espínacs Enciam i olives i pa blanc Fruita àcida	14 Brou vegetal* i pasta Pollastre amb salsa de moniato Enciam i blat i pa integral logurt 
S1	17 Cuscús amb verdures Vedella amb xampinyons Pa integral Fruita	18 Crema de verdures de temporada Aletes de pollastre al forn Ceba caramel·litzada i pa blanc Fruita 	19 Arròs amb tomàquet Hamburguesa vegetal Enciam i pastanaga i pa integral Fruita	20 Mongeta amb patata Pasta amb sofregit de tomàquet i ceba* Enciam i blat i pa blanc Fruita	21 Cigróns amb espínacs Truita francesa Enciam i pipes i pa integral Batut de iogurt i plàtan
S2	24 Brou vegetal i pasta Salsitxes de porc Patates de luxe Pa integral Fruita 	25 Llenties estofades amb hortalisses Truita de patates Enciam i olives Pa integral Fruita àcida	26 Crema de moniato, porro i ceba Pasta amb bolonyesa vegetal Pa integral Fruita 	27 Patata amb pèsols Wok de pollastre i verdures Pa blanc Fruita àcida	28 Arròs amb verdures Crema de llegum* Bastonets de pastanaga fresca i pa blanc logurt
S3	31 Pasta integral amb salsa de tomàquet o carbonara vegetal amb formatge Llegum saltat amb espínacs* Enciam i blat i pa integral Fruita 				



27 de març: Dia Mundial del Teatre

Treballem activitats relacionades amb l'expressió i les arts escèniques per retre un homenatge al món del teatre. Alhora treballem la creativitat, el treball en equip i les emocions.

VISITA EL NOSTRE BLOG

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S4	3 Llenties amb arròs Peix planxa* Enciam i panses Pa integral Fruita àcida	4 Bròcoli amb xipi-xipi Pasta amb bolonyesa vegetal casolana* Pa blanc Fruita 	5 Brou vegetal i pasta* Magra de porc estofada Enciam i olives pa integral Fruita	6 Arròs integral amb salsa de verdures Lluç a la planxa Enciam amb panses i poma i pa blanc logurt 	7 Crema de llegum o llegum bullit amanit amb oli  Pollastre arrebossat* Bastonets de pastanaga i pa integral Fruita
S5	10 Crema de carbassa Macarrons amb bolonyesa de vedella d'Osona* Pa integral Fruita 	11 Arròs amb hortalisses Bunyols de bacallà* Enciam i pastanaga i pa blanc Fruita 	12 Trinxat de col i patata Gall dindi estofat Enciam i panses i pa integral Fruita	13 Mongetes estofades amb hortalisses Lluç planxa* Enciam i olives i pa blanc Fruita àcida	14 Brou de peix i pasta* Pollastre amb salsa de moniato Enciam i blat i pa integral logurt 
S1	17 Pasta amb verdures* Vedella amb xampinyons Pa integral Fruita	18 Crema de verdures de temporada Aletes de pollastre al forn Ceba caramel · litzada i pa blanc Fruita 	19 Arròs amb tomàquet Hamburguesa vegetal feta al col.le* Enciam i pastanaga i pa integral Fruita	20 Mongeta amb patata Bacallà al forn amb tomàquet i ceba Enciam i blat i pa blanc Fruita	21 Cigrons amb espinacs Carn d'au* Enciam i pipes i pa integral Batut de iogurt i plàtan
S2	24 Brou vegetal i pasta* Salsitxes de porc Patates de luxe Pa integral Fruita 	25 Llenties estofades amb hortalisses Lluç planxa* Enciam i olives Pa integral Fruita àcida	26 Crema de moniato, porro i ceba Pasta amb bolonyesa vegetal* Pa integral Fruita 	27 Patata amb pèsols Wok de pollastre i verdures Pa blanc Fruita àcida	28 Arròs amb verdures Peix fresc  Bastonets de pastanaga fresca i pa blanc logurt
S3	31 Pasta amb salsa de tomàquet o carbonara vegetal * Lluç al forn amb papillote d'espínacs, enciam i blat i pa integral Fruita 				



27 de març: Dia Mundial del Teatre

Treballem activitats relacionades amb l'expressió i les arts escèniques per retre un homenatge al món del teatre. Alhora treballem la creativitat, el treball en equip i les emocions.

VISITA EL NOSTRE BLOG

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S4	3 Llenties amb arròs Truita a la francesa Enciam i panses Pa integral Fruita àcida	4 Bròcoli amb xipi-xipi Lasanya vegetal i casolana Pa blanc Fruita 	5 Brou vegetal i pasta Magra de porc estofada Enciam i olives pa integral Fruita	6 Arròs integral amb salsa de verdures Llegum saltat* Enciam amb panses i poma i pa blanc  logurt	7 Crema de llegum o llegum bullit amanit amb oli  Pollastre arrebossat Bastonets de pastanaga i pa integral Fruita
S5	10 Crema de carbassa Macarrons amb bolonyesa de vedella d'Osona Pa integral Fruita 	11 Arròs amb hortalisses Bunyols vegetals* Enciam i pastanaga i pa blanc Fruita 	12 Trinxat de col i patata Gall dindi estofat Enciam i panses i pa integral Fruita	13 Mongetes estofades amb hortalisses Truita d'espínacs Enciam i olives i pa blanc Fruita àcida	14 Brou vegetal* i pasta Pollastre amb salsa de moniato Enciam i blat i pa integral logurt 
S1	17 Cuscús amb verdures Vedella amb xampinyons Pa integral Fruita	18 Crema de verdures de temporada Aletes de pollastre al forn Ceba caramel·litzada i pa blanc Fruita 	19 Arròs amb tomàquet Hamburguesa vegetal Enciam i pastanaga i pa integral Fruita	20 Mongeta amb patata Pasta amb sofregit de tomàquet i ceba* Enciam i blat i pa blanc Fruita	21 Cigróns amb espínacs Truita francesa Enciam i pipes i pa integral Batut de iogurt i plàtan
S2	24 Brou vegetal i pasta Salsitxes de porc Patates de luxe Pa integral Fruita 	25 Llenties estofades amb hortalisses Truita de patates Enciam i olives Pa integral Fruita àcida	26 Crema de moniato, porro i ceba Pasta amb bolonyesa vegetal Pa integral Fruita 	27 Patata amb pèsols Wok de pollastre i verdures Pa blanc Fruita àcida	28 Arròs amb verdures Crema de llegum* Bastonets de pastanaga fresca i pa blanc logurt
S3	31 Pasta integral amb salsa de tomàquet o carbonara vegetal amb formatge Llegum saltat amb espínacs* Enciam i blat i pa integral Fruita 				



27 de març: Dia Mundial del Teatre

Treballem activitats relacionades amb l'expressió i les arts escèniques per retre un homenatge al món del teatre. Alhora treballem la creativitat, el treball en equip i les emocions.

[VISITA EL NOSTRE BLOG](#)

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S4	3 Llenties amb arròs Truita a la francesa Enciam i panses Pa integral Fruita àcida	4 Bròcoli amb xipi-xipi Lasanya vegetal i casolana Pa blanc Fruita 	5 Brou vegetal i pasta Magra de porc estofada Enciam i olives pa integral Fruita	6 Arròs integral amb salsa de verdures Lluç a la planxa Enciam amb panses i poma i pa blanc 100% INTEGRAL iogurt 	7 Crema de llegum o llegum bullit amanit amb oli  Carn vermella* arrebossat Bastonets de pastanaga i pa integral Fruita
S5	10 Crema de carbassa Macarrons amb bolonyesa de vedella d'Osona Pa integral Fruita 	11 Arròs amb hortalisses Bunyols de bacallà Enciam i pastanaga i pa blanc Fruita 	12 Trinxat de col i patata Gall dindi estofat Enciam i panses i pa integral Fruita	13 Mongetes estofades amb hortalisses Truita d'espínacs Enciam i olives i pa blanc Fruita àcida	14 Brou de peix i pasta Lluç* amb salsa de moniato Enciam i blat i pa integral logurt 
S1	17 Cuscús amb verdures Vedella amb xampinyons Pa integral Fruita	18 Crema de verdures de temporada Lluç planxa* Ceba caramel·litzada i pa blanc Fruita 	19 Arròs amb tomàquet Hamburguesa vegetal Enciam i pastanaga i pa integral Fruita	20 Mongeta amb patata Bacallà al forn amb tomàquet i ceba Enciam i blat i pa blanc Fruita	21 Cigrons amb espínacs Truita francesa Enciam i pipes i pa integral Batut de iogurt i plàtan
S2	24 Brou vegetal i pasta Salsitxes de porc Patates de luxe Pa integral Fruita 	25 Llenties estofades amb hortalisses Truita de patates Enciam i olives Pa integral Fruita àcida	26 Crema de moniato, porro i ceba Pasta amb bolonyesa vegetal Pa integral Fruita 	27 Patata amb pèsols Wok de soja i verdures* Pa blanc Fruita àcida	28 Arròs amb verdures Peix fresc  Bastonets de pastanaga fresca i pa blanc Iogurt
S3	31 Pasta integral amb salsa de tomàquet o carbonara vegetal amb formatge Lluç al forn amb papillote d'espínacs, enciam i blat i pa integral Fruita 				



27 de març: Dia Mundial del Teatre

Treballem activitats relacionades amb l'expressió i les arts escèniques per retre un homenatge al món del teatre. Alhora treballem la creativitat, el treball en equip i les emocions.

VISITA EL NOSTRE BLOG

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S4	3 Llenties amb arròs Truita a la francesa Enciam i panses Pa integral Fruita àcida	4 Bròcoli amb xipi-xipi Lasanya vegetal i casolana Pa blanc Fruita 	5 Brou vegetal i pasta Truita de patates* Enciam i olives pa integral Fruita	6 Arròs integral amb salsa de verdures Lluç a la planxa Enciam amb panses i poma i pa blanc logurt 	7 Crema de llegum o llegum bullit amanit amb oli  Pollastre arrebossat Bastonets de pastanaga i pa integral Fruita
S5	10 Crema de carbassa Macarrons amb bolonyesa de vedella d'Osona Pa integral Fruita 	11 Arròs amb hortalisses Bunyols de bacallà Enciam i pastanaga i pa blanc Fruita 	12 Trinxat de col i patata Gall dindi estofat Enciam i panses i pa integral Fruita	13 Mongetes estofades amb hortalisses Truita d'espínacs Enciam i olives i pa blanc Fruita àcida	14 Brou de peix i pasta Pollastre amb salsa de moniato Enciam i blat i pa integral logurt 
S1	17 Cuscús amb verdures Vedella amb xampinyons Pa integral Fruita	18 Crema de verdures de temporada Aletes de pollastre al forn Ceba caramel·litzada i pa blanc Fruita 	19 Arròs amb tomàquet Hamburguesa vegetal Enciam i pastanaga i pa integral Fruita	20 Mongeta amb patata Bacallà al forn amb tomàquet i ceba Enciam i blat i pa blanc Fruita	21 Cigrons amb espínacs Truita francesa Enciam i pipes i pa integral Batut de iogurt i plàtan
S2	24 Brou vegetal i pasta Salsitxes d'au* Patates de luxe Pa integral Fruita 	25 Llenties estofades amb hortalisses Truita de patates Enciam i olives Pa integral Fruita àcida	26 Crema de moniato, porro i ceba Pasta amb bolonyesa vegetal Pa integral Fruita 	27 Patata amb pèsols Wok de pollastre i verdures Pa blanc Fruita àcida	28 Arròs amb verdures Peix fresc  Bastonets de pastanaga fresca i pa blanc logurt
S3	31 Pasta integral amb salsa de tomàquet o carbonara vegetal amb formatge Lluç al forn amb papillote d'espínacs, enciam i blat i pa integral Fruita 				



27 de març: Dia Mundial del Teatre

Treballem activitats relacionades amb l'expressió i les arts escèniques per retre un homenatge al món del teatre. Alhora treballem la creativitat, el treball en equip i les emocions.

VISITA EL NOSTRE BLOG

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S4	3 Llenties amb arròs Truita a la francesa Enciam i panses Pa integral Fruita àcida	4 Bròcoli amb xipi-xipi Lasanya vegetal i casolana Pa blanc Fruita 	5 Brou vegetal i pasta Magra de porc estofada Enciam i olives pa integral Fruita	6 Arròs integral amb salsa de verdures Lluç a la planxa Enciam amb panses i poma i pa blanc logurt 	7 Crema de llegum o llegum bullit amanit amb oli  Pollastre arrebossat Bastonets de pastanaga i pa integral Fruita
S5	10 Crema de carbassa Macarrons amb bolonyesa vegetal* Pa integral Fruita	11 Arròs amb hortalisses Bunyols de bacallà Enciam i pastanaga i pa blanc Fruita 	12 Trinxat de col i patata Gall dindi estofat Enciam i panses i pa integral Fruita	13 Mongetes estofades amb hortalisses Truita d'espínacs Enciam i olives i pa blanc Fruita àcida	14 Brou de peix i pasta Pollastre amb salsa de moniato Enciam i blat i pa integral logurt 
S1	17 Cuscús amb verdures Soja amb xampinyons* Pa integral Fruita	18 Crema de verdures de temporada Aletes de pollastre al forn Ceba caramel·litzada i pa blanc Fruita 	19 Arròs amb tomàquet Hamburguesa vegetal Enciam i pastanaga i pa integral Fruita	20 Mongeta amb patata Bacallà al forn amb tomàquet i ceba Enciam i blat i pa blanc Fruita	21 Cigrons amb espínacs Truita francesa Enciam i pipes i pa integral Batut de iogurt i plàtan
S2	24 Brou vegetal i pasta Salsitxes de porc Patates de luxe Pa integral Fruita 	25 Llenties estofades amb hortalisses Truita de patates Enciam i olives Pa integral Fruita àcida	26 Crema de moniato, porro i ceba Pasta amb bolonyesa vegetal Pa integral Fruita 	27 Patata amb pèsols Wok de pollastre i verdures Pa blanc Fruita àcida	28 Arròs amb verdures Peix fresc  Bastonets de pastanaga fresca i pa blanc logurt
S3	31 Pasta integral amb salsa de tomàquet o carbonara vegetal amb formatge Lluç al forn amb papillote d'espínacs, enciam i blat i pa integral Fruita 				



27 de març: Dia Mundial del Teatre

Treballem activitats relacionades amb l'expressió i les arts escèniques per retre un homenatge al món del teatre. Alhora treballem la creativitat, el treball en equip i les emocions.

VISITA EL NOSTRE BLOG

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S4	3 Llenties amb verdures* Arròs amb tomàquet* Enciam i panses Pa integral Fruita àcida	4 Bròcoli amb xipi-xipi Lasanya vegetal i casolana Pa blanc Fruita 	5 Brou vegetal i pasta Llegum amb verdures* Enciam i olives pa integral Fruita	6 Arròs integral amb salsa de verdures Llegum saltat* Enciam amb panses i poma i pa blanc Fruita* 	7 Crema de llegum o llegum bullit amanit amb oli  Pasta amb verdures* Bastonets de pastanaga i pa integral Fruita
S5	10 Crema de carbassa Macarrons amb bolonyesa de vegetal* Pa integral Fruita	11 Arròs amb hortalisses Bunyols vegetals* Enciam i pastanaga i pa blanc Fruita 	12 Trinxat de col i patata Crema de llegum* Enciam i panses i pa integral Fruita	13 Mongetes estofades amb hortalisses Arròs amb verdures* Enciam i olives i pa blanc Fruita àcida	14 Brou vegetal i pasta* Llegum amb moniato* Enciam i blat i pa integral Fruita*
S1	17 Cuscús amb verdures Soja amb xampinyons* Pa integral Fruita	18 Crema de verdures de temporada Llegum amb ceba* pa blanc Fruita	19 Arròs amb tomàquet Hamburguesa vegetal Enciam i pastanaga i pa integral Fruita	20 Mongeta amb patata Pasta sofregit de tomàquet i ceba* Enciam i blat i pa blanc Fruita	21 Cigrons amb espinacs Arròs amb verdures* Enciam i pipes i pa integral Plàtan*
S2	24 Brou vegetal i pasta Llegum amb verdures* Patates de luxe Pa integral Fruita 	25 Llenties estofades amb hortalisses Arròs amb verdures* Enciam i olives Pa integral Fruita àcida	26 Crema de moniato, porro i ceba Pasta amb bolonyesa vegetal Pa integral Fruita 	27 Patata amb pèsols Pasta amb verdures* Pa blanc Fruita àcida	28 Arròs amb verdures Crema de llegum* Bastonets de pastanaga fresca i pa blanc Iogurt
S3	31 Pasta integral amb salsa de tomàquet o carbonara vegetal* Llegum saltat amb espinacs* Enciam i blat i pa integral Fruita 				



27 de març: Dia Mundial del Teatre

Treballem activitats relacionades amb l'expressió i les arts escèniques per retre un homenatge al món del teatre. Alhora treballem la creativitat, el treball en equip i les emocions.

[VISITA EL NOSTRE BLOG](#)

PROPOSTES DE SOPARS

campos estela

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
S1	ALBERGÍNIA FARCIDA AMB TONYINA I GRATINADA PA INTEGRAL PERA	BROU D'AU I PASTA TRUITA FRANCESA AMB XERRIS AMB OLI D'OLIVA I ALFÀBREGA IOGURT	AMANIDA D'HIVERN AMB TARONJA I QUINOA SALMÓ AL FORN AMB VERDURETES POMA	PANCAKES DE COLIFLOR I FORMATGE AMANIDA AMB OLIVES MANDARINA	ESPAQUETIS DE CARBASSÓ AMB OLI D'OLIVA I FORMATGE RATLLAT PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA I ARRÓS INTEGRAL PERA
S2	BRÓCOLI I PATATA BACALLÀ AL FORN AMB CEBA I PEBROT PLÀTAN	GRAELLADA DE VERDURES BROQUETES DE GALL DINDI I BONIATO IOGURT	SALTAT DE VERDURES AMB SALSA DE SOJA HAMBURGUESA DE LLENTIA VERMELLA I ARRÓS POMA	TOMÀQUET AL FORN GRATINAT REMENAT D'OU I XAMPINYONS PERA	CUSCÚS AMB VERDURETES DE TEMPORADA I POLLASTRE MANDARINA
S3	ARRÓS TRES DELÍCIES: PASTANAGA, PÈSOLS I TRUITA GUARNICIÓ D'ENCIAM AMB PIPES I XERRI PLÀTAN	BROU VEGETAL I PASTA BASTONETS CASOLANS DE SALMÓ AL FORN I GUARNICIÓ VERDURA PERA	CREMA DE VERDURES GALL DINDI AMB VERDURETES PA INTEGRAL IOGURT	MONGETA I PATATA OUS AL FORN AMB VERDURES I TOMÀQUET POMA	CIRONS ESTOFATS AMB VERDURETES I ARRÓS DE GUARNICIÓ TARONJA
S4	MINISTRA DE VERDURES HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB XIPS DE BONIATO PLÀTAN	CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA BACALLÀ AL FORN AMB CEBA I PEBROT PA INTEGRAL POMA	QUINOA AMB VERDURES DE TEMPORADA I OU A LA PLANXA IOGURT	LLENTIES SALTADES AMB BLEDES I PERNIL CURAT PA INTEGRAL TARONJA	MINI PIZZES AMB BASE DE CARBASSÓ, FORMATGE I TONYINA AMANIDA VERDA IOGURT
S5	BRÓQUIL I PATATA CUIXA DE POLLASTE AL FORN AMB POMA I CEBA IOGURT	AMANIDA AMB CARABASSA I ALVOCAT TRUITA FRANCESA PA INTEGRAL PLÀTAN	SÍPIA ESTOFADA AMB CARBASSÓ I PASTANAGA PA INTEGRAL POMA	GALL DINDI SALTAT AMB PEBROT TRICOLOR I SALSA DE TOMÀQUET FAJITA INTEGRAL PERA	GRAELLADA VERDURES HAMBURGUESA DE LLEGUM I ARRÓS AMB SALSA DE IOGURT TARONJA

ESMORZARS

- Entrepà de truita a la francesa
- Torrada integral amb formatge fresc i tomàquet en rodanxes i got de llet
- Bol amb grapat de cereals sense sucre i llet/beguda vegetal i maduixes
- Torrada amb alvocat amb tomàquet i formatge
- Porridge de civada amb fruits del bosc i pera

A MIG MATÍ

- Grapat de fruits secs i poma
- Pancakes de civada i plàtan
- Mini sandvitx d'hummus amb tomàquet i oli d'oliva
- Mini bric de llet/beguda vegetal i plàtan
- Grapat de fruits secs i taronja

BERENARS

- Torrada de pa integral amb crema de cacauet i poma
- Formatge fresc i plàtan
- Grapat de fruits secs i kiwi
- Iogurt natural amb mix de fruites
- Mini entrepà de pernil salat i mandarina

Entrepans de la mida de la mà del nen/a – Àpats amb aigua – La fruita seca: crua o torrada sense sal – Fruitess de temporada: taronja, maduixa, mandarina, pera o poma – Entrepans amb oli d'oliva verge extra

MENÚS AMB SORPRESA!

campos estela

Cuinem àpats saborosos, sans i sostenibles, en un ambient de confort i benestar al menjador.

Per això, planifiquem el menú segons la temporalitat dels aliments i hi afegim jornades especials que ens ajuden a promoure uns hàbits d'alimentació saludable entre els nens i nenes.

Com a protagonistes d'aquestes jornades trobem plats de cullera que cuinaven els nostres avis i àvies, tastets amb els quals introduïm noves elaboracions o receptes típiques de comarques que incorporen ingredients de productors de proximitat amb els que establim vincles de confiança.

Als menús identificareu fàcilment aquestes jornades seguint aquestes icones:



Olis amb aromàtiques que millorem l'acceptació d'aliments



D'elaboració pròpia amb recepta casolana



Ingredients per triar com serà l'amanida



Receptes sense sucre per acostumar el paladar progressivament



Plats típics de la terra que cuinaven els nostres avis



Introducció progressiva de nous aliments i receptes



Promoció del consum de proteïna vegetal



Oferim varietat de fruita fresca per escollir



Salses a escollir per als plats de pasta o arròs



Introducció de varietats de peix fresc o blau



Aliments amb propietats beneficioses pels infants



Ens coneixen tan bé que cuineres i cuiners trien allò que més ens agrada



Receptes i aliments arrelats a la terra



Els infants trien plats festius per a dies especials

Aquest menú està supervisat per la nostra dietista nutricionista Sandra Gervilla (col·legiada CODINUCAT 001027). Al plafó del centre informarem de la fruita de cada dia, dels ingredients de les amanides i del peix del dia. L'escola disposa del llistat d'ingredients de cadascun dels plats per tal que estigui disponible per a les famílies. Si després de més de dos dies de festa els plats programats al menú no es poden elaborar per problemes d'abastiment o per la preparació prèvia que necessiten, seran modificats. En funció del canvi, la resta de la setmana tindrà modificacions que anunciarem al plafó del centre. Podeu consultar la valoració nutricional dels àpats entrant a l'apartat "A dinar" de la nostra web www.camposestela.com. Campos Estela es reserva el dret a fer canvis al menú per causes de força major.