



Juny

DE L'1 AL 2 DE JUNY

DEL 5 AL 9 DE JUNY

DEL 12 AL 16 DE JUNY

DEL 19 AL 23 DE JUNY

DILLUNS

FESTIU

AMANIDA D'ARRÒS
MANDONGUILLES
AMB SALSETA
Fruita del temps

VACANCES D'ESTIU

Encetem el darrer mes del curs 22/23 amb àpats refrescants

DIMARTS

LLENTIES AMB GUISADES
AMB VERDURETES
CRESTES DE TONYINA
amb amanida
Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS AMB
VERDURES (pastanaga,
ceba, brócoli)
TRUITA DE PATATA
amb amanida
Fruita del temps

VACANCES D'ESTIU



DIMECRES

PAELLA MARINERA
TRUITA DE VERDURES I
PATATA
amb enciam i olives
Fruita del temps

FIDEUÀ
PEIX AL FORN
amb carbassó al forn
Fruita del temps

VACANCES D'ESTIU

Temps de calor: Temps d'amanides i fruita fresca!

DIJOUS

CREMA DE PASTANAGA
SÍPIA ESTOFADA AMB
PATATA
Fruita del temps

CREMA DE PORROS
POLLASTRE GUISAT AL
ROMANÍ
amb amanida
Fruita del temps

EMPEDRAT DE MONGETA
BLANCA
CROQUETES DE BACALLÀ
amb amanida
Fruita del temps

VACANCES D'ESTIU

DIVENDRES

FESTIU

AMANIDA DE PASTA
PEIX AL FORN
amb patata caliu
logurt

AMANIDA RUSSA
POLLASTRE A LA
LLIMONA
amb amanida
logurt

VACANCES D'ESTIU



Fem servir fruites i verdures de temporada i proximitat.
Les carns que oferim són de granges de proximitat.



A l'escola han dinat

Pasta, arròs, llegum o patata

Verdures o amanida d'hortalisses

Peix

Carn

Ou

Fruita

Làctic

A casa podem sopar

Hortalisses al vapor, en crema, saltades o en amanida

Arròs, pasta, verdures, un altre cereal, patata

Carn blanca, ou o proteïna vegetal*

peix blau, blanc, ou o proteïna vegetal*

Carn blanca, peix blau o proteïna vegetal*

Làctics, postres vegetals, fruita

Fruita

*Proteïna vegetal: llegum, tofu, seità, tempeh

IDEES PELS SOPARS D'ESTIU

Espirals amb verdures saltades.

Sopa Freda de síndria i oli d'alfàbrega.

Amanida de cigrons amb tonyina, tomàquet i cogombre.

Ous durs amb humus i bastonets de pastanaga.

Crema tèbia de carbassó i formatge.

Pasta amb tomàquets, formatge, olives i orenga.

Amanida de patata amb cogombrets, tomàquet i lentilles.

Arròs saltat amb carbassó, pastanaga i blat de moro.