

Menú s/PLV ni ou Escola Pere Vila - Juny

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1 Llenties amb verdures Pollastre al forn Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	2 "Vichyssoise" (s/l) Pastís de patata amb bolonyesa vegetal de soja s/plv (vegà) Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	3 Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita amb farina de cigró de patates amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada	4 Sopa amb brou d'au i fideus (s/g ni ou) Peix blanc arrebossat s/ou amb Patates panadera logurt de soja	5 Mongeta tendra amb pastanaga i patates Daus de gall dindi adobats amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada
8 Amanida de pasta amb blat de moro, olives verdes i pastanaga (s/g i s/o) Truita amb farina de cigró de patata i carbassó Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	9 Empedrat (mongetes seques, pastanaga, olives verdes i verat) Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	10 Purè de verdures Burrito vegetal amb picada de soja texturitzada amb formatge vegà amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	11 Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i pastanaga logurt de soja	12 Amanida de cigrons amb pastanaga, olives i blat de moro Nuggets casolans de pollastre (s/g i s/ou) Amanida de tomàquet i cogombre Fruita de temporada
15 Amanida d'arròs integral (arròs integral, pastanaga i olives verdes) Gall de Sant Pere amb salsa verda amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 Coliflor amb patata Amanida de cigrons amb blat de moro i pastanaga (s/px) Fruita de temporada	17 Amanida de llenties amb tomàquet, cavalla i olives Truita amb farina de cigró de patates Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	18 Guacamole Pica-pica (hummus, patates xip i olives) Croquetes de mill i verdures (s/al.lèrgens) Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	19 Macarrons a la bolonyesa (s/o) Pollastre al forn amb Patates panadera Gelats de gel sabor
22	23	24 DIA FESTIU	25	26
29	30			

Plats i àpats lliures de plv, ou ni traces.

Tots els plats d'aquest menú s'elaboren sense sal iodada. Evitant la sal de taula. Revisar etiquetatge producte evitant: sal, cloruro de sodio (NaCl), bicarbonato sódico o soda, carbonato sódico, ..

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt sense sucre
Proteïna vegetal ecològica
Verdura fresca (primers plats)



Arròs
Pasta
Pa blanc integral tots els dies
Cereals



Arròs
Mensualment peix fresc de mercat
Fruita de temporada
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluc, Bacallà, Maire, entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres



Oli d'oliva
Sal iodada
Carns blanques d'origen català
Vedella de Girona

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú Baix en colesterol Escola Pere Vila - Juny

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1 Llenties amb verdures Pollastre al forn Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	2 "Vichyssoise" Pastís de patata amb bolonyesa vegetal de soja ECO texturitzada Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	3 Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada	4 Sopa amb brou d'au i pistons Peix blanc a la planxa amb Patates panadera logurt desnatat	5 Mongeta tendra amb pastanaga i patates Daus de gall dindi adobats amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada
8 Amanida de pasta integral amb blat de moro, olives verdes i pastanaga Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	9 Empedrat (mongetes seques, pastanaga, olives verdes i verat) Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	10 Purè de verdures Burrito vegetal amb picada de soja texturitzada amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	11 Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i pastanaga logurt desnatat	12 Amanida de cigrons amb pastanaga, olives i blat de moro Pit de pollastre a la planxa/forn Amanida de tomàquet i cogombre Fruita de temporada
15 Amanida d'arròs integral (arròs integral, pastanaga i olives verdes) Gall de Sant Pere amb salsa verda amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 Coliflor amb patata Amanida de cigrons amb blat de moro i pastanaga (s/px) Fruita de temporada	17 Amanida de llenties amb tomàquet, cavalla i olives Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	18 Guacamole Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga i pa torrat Filet de lluç a la planxa Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	19 Macarrons a la bolonyesa Pollastre al forn amb Patates panadera logurt desnatat
22	23	24 DIA FESTIU	25	26
29	30			

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt sense sucre
Proteïna vegetal ecològica
Verdura fresca (primers plats)



Arròs
Pasta
Pa blanc integral tots els dies
Cereals



Arròs
Mensualment peix fresc de mercat
Fruita de temporada
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres



Oli d'oliva
Sal iodada
Carns blanques d'origen català
Vedella de Girona

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú ovolactovegetarià Escola Pere Vila i INS Pau Claris - Juny



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1 Llenties amb verdures Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a la planxa Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	2 "Vichyssoise" Pastís de patata amb bolonyesa vegetal de soja ECO texturitzada Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	3 Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada	4 Sopa amb brou vegetal i pistons Seità arrebossat amb Patates panadera Pastís de formatge amb nabius	5 Mongeta tendra amb pastanaga i patates Daus de tofu adobats (sense curri) amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada
8 Amanida de pasta integral amb blat de moro, olives verdes i pastanaga Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	9 Empedrat (mongetes seques, pastanaga i olives verdes) Daus de tofu agredolços Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	10 Purè de verdures Burrito vegetal amb picada de soja texturitzada amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	11 Arròs amb verdures Truita a la francesa Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural ECO s/sucre	12 Amanida de cigrons amb pastanaga, olives i blat de moro Nuggets de bròquil i formatge Amanida de tomàquet i cogombre Fruita de temporada
15 Amanida d'arròs integral (arròs integral, pastanaga i olives verdes) Seità amb salsa verda (all i julivert) amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 Coliflor gratinada amb beixamel Amanida de cigrons amb blat de moro i pastanaga (s/px) Fruita de temporada	17 Amanida de llenties amb tomàquet i olives negres (s/px) Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	18 Guacamole Pica-pica (hummus, patates xip i olives) Croquetes de mill i verdures (s/al.lèrgens) Amanida d'enciam i remolatxa (F) Fruita amb rajolí de xocolata	19 Macarrons a la napolitana Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a la planxa amb Patates panadera Gelats de gel sabor
22	23	24 DIA FESTIU	25	26
29	30			

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt sense sucre
Proteïna vegetal ecològica
Verdura fresca (primers plats)



Arròs
Pasta
Pa blanc integral tots els dies
Cereals



Arròs
Mensualment peix fresc de mercat
Fruita de temporada
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres



Oli d'oliva
Sal iodada
Carns blanques d'origen català
Vedella de Girona

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/bròquil ni coliflor Escola Pere Vila - Juny

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1 Llenties amb verdures Pollastre al forn Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	2 "Vichyssoise" Pastís de patata amb bolonyesa vegetal de soja ECO texturitzada Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	3 Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada	4 Sopa amb brou d'au i pistons Peix blanc arrebossat amb Patates panadera Pastís de formatge amb nabius	5 Mongeta tendra amb pastanaga i patates Daus de gall dindi adobats amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada
8 Amanida de pasta integral amb blat de moro, olives verdes i pastanaga Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	9 Empedrat (mongetes seques, pastanaga, olives verdes i verat) Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	10 Purè de verdures Burrito vegetal amb picada de soja texturitzada amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	11 Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural ECO s/sucre	12 Amanida de cigrons amb pastanaga, olives i blat de moro Nuggets casolans de pollastre Amanida de tomàquet i cogombre Fruita de temporada
15 Amanida d'arròs integral (arròs integral, pastanaga i olives verdes) Gall de Sant Pere amb salsa verda amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 Mongeta tendra amb patata Amanida de cigrons amb blat de moro i pastanaga (s/px) Fruita de temporada	17 Amanida de llenties amb tomàquet, cavalla i olives Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	18 Guacamole Pica-pica (hummus, patates xip i olives) Crestes de tonyina Amanida d'enciam i remolatxa (F) Fruita amb rajolí de xocolata	19 Macarrons a la bolonyesa Pollastre al forn amb Patates panadera Gelats de gel sabor
22	23	24 DIA FESTIU	25	26
29	30			

Plat i productes lliures de bròquil, coliflor ni traces.

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt sense sucre
Proteïna vegetal ecològica
Verdura fresca (primers plats)



Arròs
Pasta
Pa blanc integral tots els dies
Cereals



Arròs
Mensualment peix fresc de mercat
Fruita de temporada
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Mairé,
entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó,
Palometa, Seitó entre d'altres



Oli d'oliva
Sal iodada
Carns blanques d'origen català
Vedella de Girona

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/cacauets, avellanes, pera, poma ni nous

Escola Pere Vila - Juny

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1 Llenties amb verdures Pollastre al forn Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada segons tolerància	2 "Vichyssoise" Pastís de patata vegetal amb llenties Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada segons tolerància	3 Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada segons tolerància	4 Sopa amb brou d'au i pistons Peix blanc arrebossat amb Patates panadera Pastís de formatge amb nabius	5 Mongeta tendra amb pastanaga i patates Daus de gall dindi adobats amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada segons tolerància
8 Amanida de pasta integral amb blat de moro, olives verdes i pastanaga Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada segons tolerància	9 Empedrat (mongetes seques, pastanaga, olives verdes i verat) Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada segons tolerància	10 Purè de verdures Burrito amb tiretes de pollastre amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada segons tolerància	11 Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural ECO s/sucre	12 Amanida de cigrons amb pastanaga, olives i blat de moro Nuggets casolans de pollastre Amanida de tomàquet i cogombre Fruita de temporada segons tolerància
15 Amanida d'arròs integral (arròs integral, pastanaga i olives verdes) Gall de Sant Pere amb salsa verda amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 Colíflor gratinada amb beixamel Amanida de cigrons amb blat de moro i pastanaga (s/px) Fruita de temporada	17 Amanida de llenties amb tomàquet, cavalla i olives Truita de patata i ceba Enciams variats amanits Fruita de temporada segons tolerància	18 Guacamole Pica-pica (hummus, patates xip i olives) Crestes de tonyina Amanida d'enciam i remolatxa (F) Fruita amb rajolí de xocolata	19 Macarrons a la bolonyesa Pollastre al forn amb Patates panadera Gelats de gel sabor
22	23	24 DIA FESTIU	25	26
29	30			

Plat i productes lliures de cacauets, avellanes, pera, poma, nous ni traces.

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt sense sucre
Proteïna vegetal ecològica
Verdura fresca (primers plats)



Arròs
Pasta
Pa blanc integral tots els dies
Cereals



Arròs
Mensualment peix fresc de mercat
Fruita de temporada
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres



Oli d'oliva
Sal iodada
Carns blanques d'origen català
Vedella de Girona

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/carn Escola Pere Vila i INS Pau Claris - Juny

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1 Llenties amb verdures Peix blanc a la planxa Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	2 "Vichyssoise" Pastís de patata amb bolonyesa vegetal de soja ECO texturitzada Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	3 Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada	4 Sopa amb brou vegetal i pistons Peix blanc arrebossat amb Patates panadera Pastís de formatge amb nabius	5 Mongeta tendra amb pastanaga i patates Daus de tofu adobats (sense curri) amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada
8 Amanida de pasta integral amb blat de moro, olives verdes i pastanaga Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	9 Empedrat (mongetes seques, pastanaga, olives verdes i verat) Daus de tofu agredolços Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	10 Purè de verdures Burrito vegetal amb picada de soja texturitzada amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	11 Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural ECO s/sucre	12 Amanida de cigrons amb pastanaga, olives i blat de moro Nuggets de bròquil i formatge Amanida de tomàquet i cogombre Fruita de temporada
15 Amanida d'arròs integral (arròs integral, pastanaga i olives verdes) Gall de Sant Pere amb salsa verda amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 Colíflor gratinada amb beixamel Amanida de cigrons amb blat de moro i pastanaga (s/px) Fruita de temporada	17 Amanida de llenties amb tomàquet, cavalla i olives Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	18 Guacamole Pica-pica (hummus, patates xip i olives) Croquetes de mill i verdures (s/al.lèrgens) Amanida d'enciam i remolatxa (F) Fruita amb rajolí de xocolata	19 Macarrons a la napolitana Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a la planxa amb Patates panadera Gelats de gel sabor
22	23	24 DIA FESTIU	25	26
29	30			

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt sense sucre
Proteïna vegetal ecològica
Verdura fresca (primers plats)



Arròs
Pasta
Pa blanc integral tots els dies
Cereals



Arròs
Mensualment peix fresc de mercat
Fruita de temporada
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres



Oli d'oliva
Sal iodada
Carns blanques d'origen català
Vedella de Girona

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/fruits secs ni cítrics Escola Pere Vila - Juny

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1 Llenties amb verdures Pollastre al forn Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada segons tolerància	2 "Vichyssoise" Pastís de patata vegetal amb llenties Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada segons tolerància	3 Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada segons tolerància	4 Sopa amb brou d'au i pistons Peix blanc arrebossat amb Patates panadera logurt natural ECO s/sucre	5 Mongeta tendra amb pastanaga i patates Daus de gall dindi adobats amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada segons tolerància
8 Amanida de pasta integral amb blat de moro, olives verdes i pastanaga Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada segons tolerància	9 Empedrat (mongetes seques, pastanaga, olives verdes i verat) Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada segons tolerància	10 Purè de verdures Burrito amb tiretes de pollastre amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada segons tolerància	11 Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural ECO s/sucre	12 Amanida de cigrons amb pastanaga, olives i blat de moro Nuggets casolans de pollastre Amanida de tomàquet i cogombre Fruita de temporada segons tolerància
15 Amanida d'arròs integral (arròs integral, pastanaga i olives verdes) Gall de Sant Pere amb salsa verda amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada segons tolerància	16 Coliflor gratinada amb beixamel Amanida de cigrons amb blat de moro i pastanaga (s/px) Fruita de temporada segons tolerància	17 Amanida de llenties amb tomàquet, cavalla i olives Truita de patata i ceba Enciams variats amanits Fruita de temporada segons tolerància	18 Guacamole Pica-pica (hummus, patates xip i olives) Crestes de tonyina Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada segons tolerància	19 Macarrons a la bolonyesa Pollastre al forn amb Patates panadera Gelats de gel sabor
22	23	24 DIA FESTIU	25	26
29	30			

Plats i àpats sense fruits secs, cítrics ni traces

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt sense sucre
Proteïna vegetal ecològica
Verdura fresca (primers plats)



Arròs
Pasta
Pa blanc integral tots els dies
Cereals



Arròs
Mensualment peix fresc de mercat
Fruita de temporada
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire,
entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó,
Palometa, Seitó entre d'altres



Oli d'oliva
Sal iodada
Carns blanques d'origen català
Vedella de Girona

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplai.escola@fundesplai.org



Menú s/lactosa Escola Pere Vila - Juny

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1 Llenties amb verdures Pollastre al forn Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	2 "Vichyssoise" (s/l) Pastís de patata amb bolonyesa vegetal de soja (s/gluten i s/lactosa) Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	3 Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada	4 Sopa amb brou d'au i pistons Peix blanc arrebossat amb Patates panadera logurt natural sense sucre s/lactosa	5 Mongeta tendra amb pastanaga i patates Daus de gall dindi adobats amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada
8 Amanida de pasta integral amb blat de moro, olives verdes i pastanaga Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	9 Empedrat (mongetes seques, pastanaga, olives verdes i verat) Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	10 Purè de verdures Burrito vegetal amb picada de soja texturitzada amb formatge s/lactosa amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	11 Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural sense sucre s/lactosa	12 Amanida de cigrons amb pastanaga, olives i blat de moro Nuggets casolans de pollastre Amanida de tomàquet i cogombre Fruita de temporada
15 Amanida d'arròs integral (arròs integral, pastanaga i olives verdes) Gall de Sant Pere amb salsa verda amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 Coliflor amb patata Amanida de cigrons amb blat de moro i pastanaga (s/px) Fruita de temporada	17 Amanida de llenties amb tomàquet, cavalla i olives Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	18 Guacamole Pica-pica (hummus, patates xip i olives) Croquetes de mill i verdures (s/al.lèrgens) Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	19 Macarrons a la bolonyesa Pollastre al forn amb Patates panadera Gelats de gel sabor
22	23	24 DIA FESTIU	25	26
29	30			

Plat i productes lliures de lactosa ni traces.

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt sense sucre
Proteïna vegetal ecològica
Verdura fresca (primers plats)



Arròs
Pasta
Pa blanc integral tots els dies
Cereals



Arròs
Mensualment peix fresc de mercat
Fruita de temporada
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres



Oli d'oliva
Sal iodada
Carns blanques d'origen català
Vedella de Girona

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/ou, llet ni fruits secs Escola Pere Vila - Juny

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1 Llenties amb verdures Pollastre al forn Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	2 "Vichyssoise" (s/l) Pastís de patata vegetal amb llenties s/plv (amb formatge vegà) Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	3 Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita amb farina de cigró de patates amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada	4 Sopa amb brou d'au i fideus (s/g ni ou) Peix blanc arrebossat s/ou amb Patates panadera logurt natural sense sucre s/lactosa	5 Mongeta tendra amb pastanaga i patates Daus de gall dindi adobats amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada
8 Amanida de pasta amb blat de moro, olives verdes i pastanaga (s/g i s/o) Truita amb farina de cigró de patata i carbassó Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	9 Empedrat (mongetes seques, pastanaga, olives verdes i verat) Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	10 Purè de verdures Burrito amb tiretes de pollastre i formatge (s/lactosa) amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	11 Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural sense sucre s/lactosa	12 Amanida de cigrons amb pastanaga, olives i blat de moro Nuggets casolans de pollastre (s/g i s/ou) Amanida de tomàquet i cogombre Fruita de temporada
15 Amanida d'arròs integral (arròs integral, pastanaga i olives verdes) Gall de Sant Pere amb salsa verda amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 Coliflor amb patata Amanida de cigrons amb blat de moro i pastanaga (s/px) Fruita de temporada	17 Amanida de llenties amb tomàquet, cavalla i olives Truita amb farina de cigró de patates Enciams variats amanits Fruita de temporada	18 Guacamole Pica-pica (hummus, patates xip i olives) Croquetes de mill i verdures (s/al.lèrgens) Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	19 Macarrons a la bolonyesa (s/o) Pollastre al forn amb Patates panadera Gelats de gel sabor
22	23	24 DIA FESTIU	25	26
29	30			

Productes i àpats lliures de ou, llet, fruits secs ni traces

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt sense sucre
Proteïna vegetal ecològica
Verdura fresca (primers plats)



Arròs
Pasta
Pa blanc integral tots els dies
Cereals



Arròs
Mensualment peix fresc de mercat
Fruita de temporada
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire,
entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó,
Palometa, Seitó entre d'altres



Oli d'oliva
Sal iodada
Carns blanques d'origen català
Vedella de Girona

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/ou ni pollastre Escola Pere Vila - Juny

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1 Llenties amb verdures Peix blanc a la planxa Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	2 "Vichyssoise" Pastís de patata amb bolonyesa vegetal de soja ECO texturitzada Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	3 Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita amb farina de cigró de patates amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada	4 Sopa amb brou vegetal i fideus (s/g ni ou) Peix blanc arrebossat s/ou amb Patates panadera logurt natural ECO s/sucre	5 Mongeta tendra amb pastanaga i patates Daus de gall dindi adobats amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada
8 Amanida de pasta amb blat de moro, olives verdes i pastanaga (s/g i s/o) Truita amb farina de cigró de patata i carbassó Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	9 Empedrat (mongetes seques, pastanaga, olives verdes i verat) Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	10 Purè de verdures Burrito vegetal amb picada de soja texturitzada amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	11 Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural ECO s/sucre	12 Amanida de cigrons amb pastanaga, olives i blat de moro Croquetes de mill i verdures (s/al.lèrgens) Amanida de tomàquet i cogombre Fruita de temporada
15 Amanida d'arròs integral (arròs integral, pastanaga i olives verdes) Gall de Sant Pere amb salsa verda amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 Colíflor gratinada amb beixamel Amanida de cigrons amb blat de moro i pastanaga (s/px) Fruita de temporada	17 Amanida de llenties amb tomàquet, cavalla i olives Truita amb farina de cigró de patates Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	18 Guacamole Pica-pica (hummus, patates xip i olives) Croquetes de mill i verdures (s/al.lèrgens) Amanida d'enciam i remolatxa (F) Fruita amb rajolí de xocolata	19 Macarrons a la bolonyesa (s/o) Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a la planxa amb Patates panadera Gelats de gel sabor
22	23	24 DIA FESTIU	25	26
29	30			

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt sense sucre
Proteïna vegetal ecològica
Verdura fresca (primers plats)



Arròs
Pasta
Pa blanc integral tots els dies
Cereals



Arròs
Mensualment peix fresc de mercat
Fruita de temporada
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluc, Bacallà, Maire, entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres



Oli d'oliva
Sal iodada
Carns blanques d'origen català
Vedella de Girona

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/pebrot Escola Pere Vila - Juny

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1 Llenties saltejades amb all i julivert Pollastre al forn Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	2 "Vichyssoise" Pastís de patata i verat Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	3 Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada	4 Sopa amb brou d'au i pistons Peix blanc arrebossat amb Patates panadera Pastís de formatge amb nabius	5 Mongeta tendra amb pastanaga i patates Daus de gall dindi adobats amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada
8 Amanida de pasta integral amb blat de moro, olives verdes i pastanaga Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	9 Empedrat (mongetes seques, pastanaga, olives verdes i verat) Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	10 Purè de verdures Burrito vegetal amb picada de soja texturitzada s/pebrot amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	11 Arròs saltat amb pernil salat Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i pastanaga iogurt natural ECO s/sucre	12 Amanida de cigrons amb pastanaga, olives i blat de moro Nuggets casolans de pollastre Amanida de tomàquet i cogombre Fruita de temporada
15 Amanida d'arròs integral (arròs integral, pastanaga i olives verdes) Gall de Sant Pere amb salsa verda amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 Colíflor gratinada amb beixamel Amanida de cigrons amb blat de moro i pastanaga (s/px) Fruita de temporada	17 Amanida de llenties amb tomàquet, cavalla i olives Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	18 Guacamole Pica-pica (hummus, patates xip i olives) Croquetes de mill i verdures (s/al.lèrgens) Amanida d'enciam i remolatxa (F) Fruita amb rajolí de xocolata	19 Macarrons a la bolonyesa Pollastre al forn amb Patates panadera Gelats de gel sabor
22	23	24 DIA FESTIU	25	26
29	30			

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
iogurt sense sucre
Proteïna vegetal ecològica
Verdura fresca (primers plats)



Arròs
Pasta
Pa blanc integral tots els dies
Cereals



Arròs
Mensualment peix fresc de mercat
Fruita de temporada
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluc, Bacallà, Maire, entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres



Oli d'oliva
Sal iodada
Carns blanques d'origen català
Vedella de Girona

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/peix Escola Pere Vila - Juny

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1 Llenties amb verdures Pollastre al forn Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	2 "Vichyssoise" Pastís de patata amb bolonyesa vegetal de soja ECO texturitzada Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	3 Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada	4 Sopa amb brou d'au i pistons Seità arrebossat amb Patates panadera Pastís de formatge amb nabius	5 Mongeta tendra amb pastanaga i patates Daus de gall dindi adobats amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada
8 Amanida de pasta integral amb blat de moro, olives verdes i pastanaga Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	9 Empedrat (mongetes seques, pastanaga i olives verdes) Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	10 Purè de verdures Burrito vegetal amb picada de soja texturitzada amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	11 Arròs amb verdures Truita a la francesa Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural ECO s/sucre	12 Amanida de cigrons amb pastanaga, olives i blat de moro Nuggets casolans de pollastre Amanida de tomàquet i cogombre Fruita de temporada
15 Amanida d'arròs integral (arròs integral, pastanaga i olives verdes) Filet de gall dindi al forn amb salsa verda amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 Colíflor gratinada amb beixamel Amanida de cigrons amb blat de moro i pastanaga (s/px) Fruita de temporada	17 Llenties bullides amb oli d'oliva Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	18 Guacamole Pica-pica (hummus, patates xip i olives) Croquetes de mill i verdures (s/al.lèrgens) Amanida d'enciam i remolatxa (F) Fruita amb rajolí de xocolata	19 Macarrons a la bolonyesa Pollastre al forn amb Patates panadera Gelats de gel sabor
22	23	24 DIA FESTIU	25	26
29	30			

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt sense sucre
Proteïna vegetal ecològica
Verdura fresca (primers plats)



Arròs
Pasta
Pa blanc integral tots els dies
Cereals



Arròs
Mensualment peix fresc de mercat
Fruita de temporada
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluc, Bacallà, Maire, entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres



Oli d'oliva
Sal iodada
Carns blanques d'origen català
Vedella de Girona

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/plv ni gluten Escola Pere Vila - Juny

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1 Llenties amb verdures Pollastre al forn Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	2 "Vichyssoise" (s/l) Pastís de patata amb bolonyesa vegetal de soja s/plv (vegà) Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	3 Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada	4 Sopa amb brou d'au i fideus (s/vegetals i s/gluten) Peix blanc a la planxa amb Patates panadera logurt de soja	5 Mongeta tendra amb pastanaga i patates Daus de gall dindi adobats amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada
8 Amanida de pasta amb blat de moro, olives verdes i pastanaga (s/g i s/o) Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	9 Empedrat (mongetes seques, pastanaga, olives verdes i verat) Daus de gall dindi agredolç (amb salsa de soja s/gluten) Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	10 Purè de verdures Burrito vegetal amb picada de soja texturitzada (s/gl ni formatge) amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	11 Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i pastanaga logurt de soja	12 Amanida de cigrons amb pastanaga, olives i blat de moro Nuggets casolans de pollastre (s/g i s/ou) Amanida de tomàquet i cogombre Fruita de temporada
15 Amanida d'arròs integral (arròs integral, pastanaga i olives verdes) Gall de Sant Pere amb salsa verda amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 Coliflor amb patata Amanida de cigrons amb blat de moro i pastanaga (s/px) Fruita de temporada	17 Amanida de llenties amb tomàquet, cavalls i olives Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	18 Guacamole Pica-pica (hummus, patates xip i olives) Croquetes de mill i verdures (s/al.lèrgens) Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	19 Macarrons a la bolonyesa (s/g) Pollastre al forn amb Patates panadera Gelats de gel sabor
22	23	24 DIA FESTIU	25	26
29	30			

Plats i àpats lliures de plv, gluten ni traces.

Les LLENTIES mai es serviran de pot (conserva), sempre en format sec.

S'utilitza pasta de blat de moro i arròs. Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. Són sense gluten.

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt sense sucre
Proteïna vegetal ecològica
Verdura fresca (primers plats)



Arròs
Pasta
Pa blanc integral tots els dies
Cereals



Arròs
Mensualment peix fresc de mercat
Fruita de temporada
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluc, Bacallà, Maire, entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres



Oli d'oliva
Sal iodada
Carns blanques d'origen català
Vedella de Girona

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplai.escola@fundesplai.org



Menú s/porc Escola Pere Vila i INS Pau Claris - Juny

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1 Llenties amb verdures Pollastre al forn Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	2 "Vichyssoise" Pastís de patata amb bolonyesa vegetal de soja ECO texturitzada Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	3 Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada	4 Sopa amb brou d'au i pistons Peix blanc arrebossat amb Patates panadera Pastís de formatge amb nabius	5 Mongeta tendra amb pastanaga i patates Daus de gall dindi adobats amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada
8 Amanida de pasta integral amb blat de moro, olives verdes i pastanaga Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	9 Empedrat (mongetes seques, pastanaga, olives verdes i verat) Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	10 Purè de verdures Burrito vegetal amb picada de soja texturitzada amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	11 Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural ECO s/sucre	12 Amanida de cigrons amb pastanaga, olives i blat de moro Nuggets casolans de pollastre Amanida de tomàquet i cogombre Fruita de temporada
15 Amanida d'arròs integral (arròs integral, pastanaga i olives verdes) Gall de Sant Pere amb salsa verda amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 Colíflor gratinada amb beixamel Amanida de cigrons amb blat de moro i pastanaga (s/px) Fruita de temporada	17 Amanida de llenties amb tomàquet, cavalla i olives Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	18 Guacamole Pica-pica (hummus, patates xip i olives) Croquetes de mill i verdures (s/al.lèrgens) Amanida d'enciam i remolatxa (F) Fruita amb rajolí de xocolata	19 Macarrons a la napolitana Pollastre al forn amb Patates panadera Gelats de gel sabor
22	23	24 DIA FESTIU	25	26
29	30			

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt sense sucre
Proteïna vegetal ecològica
Verdura fresca (primers plats)



Arròs
Pasta
Pa blanc integral tots els dies
Cereals



Arròs
Mensualment peix fresc de mercat
Fruita de temporada
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres



Oli d'oliva
Sal iodada
Carns blanques d'origen català
Vedella de Girona

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/prèssec, pell de fruita ni sal iodada Esola Pere Vila - Juny

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1 Llenties amb verdures Pollastre al forn Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	2 "Vichyssoise" Pastís de patata amb bolonyesa vegetal de soja ECO texturitzada Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	3 Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada	4 Sopa amb brou d'au i pistons Peix blanc arrebossat amb Patates panadera Pastís de formatge amb nabius	5 Mongeta tendra amb pastanaga i patates Daus de gall dindi adobats amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada
8 Amanida de pasta integral amb blat de moro, olives verdes i pastanaga Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	9 Empedrat (mongetes seques, pastanaga, olives verdes i verat) Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	10 Purè de verdures Burrito vegetal amb picada de soja texturitzada amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	11 Arròs amb verdures Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural ECO s/sucre	12 Amanida de cigrons amb pastanaga, olives i blat de moro Nuggets casolans de pollastre Amanida de tomàquet i cogombre Fruita de temporada
15 Amanida d'arròs integral (arròs integral, pastanaga i olives verdes) Gall de Sant Pere amb salsa verda amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 Coliflor gratinada amb beixamel Amanida de cigrons amb blat de moro i pastanaga (s/px) Fruita de temporada	17 Amanida de llenties amb tomàquet, cavalla i olives Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	18 Guacamole Pica-pica (hummus, patates xip i olives) Crestes de tonyina Amanida d'enciam i remolatxa (F) Fruita amb rajolí de xocolata	19 Macarrons a la bolonyesa Pollastre al forn amb Patates panadera Gelats de gel sabor
22	23	24 DIA FESTIU	25	26
29	30			

Plats i àpats lliures de prèsec ni pell de fruita.

Menú elaborat sense sal iodada ni afegida.

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt sense sucre
Proteïna vegetal ecològica
Verdura fresca (primers plats)



Arròs
Pasta
Pa blanc integral tots els dies
Cereals



Arròs
Mensualment peix fresc de mercat
Fruita de temporada
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluc, Bacallà, Maire, entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres



Oli d'oliva
Sal iodada
Carns blanques d'origen català
Vedella de Girona

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/soja ni derivats Escola Pere Vila - Juny

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1 Llenties amb verdures Pollastre al forn Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	2 "Vichyssoise" Pastís de patata vegetal amb llenties Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	3 Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada	4 Sopa amb brou d'au i fideus (s/so) Peix blanc a la planxa amb Patates panadera logurt natural ECO s/sucre	5 Mongeta tendra amb pastanaga i patates Daus de gall dindi adobats amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada
8 Amanida de pasta amb blat de moro, olives verdes i pastanaga (s/so) Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	9 Empedrat (mongetes seques, pastanaga, olives verdes i verat) Filet de gall dindi a la planxa/forn Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	10 Purè de verdures Burrito de cavalla i verdures (s/gl) amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	11 Arròs amb verduretes Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i pastanaga logurt natural ECO s/sucre	12 Amanida de cigrons amb pastanaga, olives i blat de moro Nuggets casolans de pollastre (s/g i s/ou) Amanida de tomàquet i cogombre Fruita de temporada
15 Amanida d'arròs integral (arròs integral, pastanaga i olives verdes) Gall de Sant Pere amb salsa verda amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 Colíflor gratinada amb beixamel Amanida de cigrons amb blat de moro i pastanaga (s/px) Fruita de temporada	17 Amanida de llenties amb tomàquet, cavalla i olives Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	18 Guacamole Pica-pica (hummus, patates xip i olives) Croquetes de mill i verdures (s/al.lèrgens) Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	19 Macarrons a la napolitana (s/so) Pollastre al forn amb Patates panadera Gelats de gel sabor
22	23	24 DIA FESTIU	25	26
29	30			

Plats i àpats lliures de soja ni traces.

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt sense sucre
Proteïna vegetal ecològica
Verdura fresca (primers plats)



Arròs
Pasta
Pa blanc integral tots els dies
Cereals



Arròs
Mensualment peix fresc de mercat
Fruita de temporada
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire,
entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó,
Palometa, Seitó entre d'altres



Oli d'oliva
Sal iodada
Carns blanques d'origen català
Vedella de Girona

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú s/tomàquet Escola Pere Vila - Juny

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1 Llenties bullides amb oli d'oliva Pollastre al forn Enciams variats amanits Fruita de temporada	2 "Vichyssoise" Pastís de patata amb bolonyesa vegetal de soja ECO texturitzada (s/tomàquet) Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	3 Arròs saltat amb ceba i carbassó Truita de patata i ceba amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada	4 Sopa amb brou d'au i pistons Peix blanc arrebossat amb Patates panadera Pastís de formatge amb nabius	5 Mongeta tendra amb pastanaga i patates Daus de gall dindi adobats amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada
8 Amanida de pasta integral amb blat de moro, olives verdes i pastanaga Truita de patata i carbassó Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	9 Empedrat (mongetes seques, pastanaga, olives verdes i verat) Daus de gall dindi agredolç Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	10 Purè de verdures Burrito vegetal amb picada de soja texturitzada (sense tomàquet) amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	11 Arròs saltat amb pernil salat Peix fresc de Mercat Amanida d'enciam i pastanaga iogurt natural ECO s/sucre	12 Amanida de cigrons amb pastanaga, olives i blat de moro Nuggets casolans de pollastre Enciams variats amanits Fruita de temporada
15 Amanida d'arròs integral (arròs integral, pastanaga i olives verdes) Gall de Sant Pere amb salsa verda amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 Colíflor gratinada amb beixamel Amanida de cigrons amb blat de moro i pastanaga (s/px) Fruita de temporada	17 Llenties bullides amb oli d'oliva Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	18 Pica-pica (hummus, patates xip i olives) Filet de lluç a la planxa Amanida d'enciam i remolatxa (F) Fruita amb rajolí de xocolata	19 Macarrons amb oli i orenga Pollastre al forn amb Patates panadera Gelats de gel sabor
22	23	24 DIA FESTIU	25	26
29	30			

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
iogurt sense sucre
Proteïna vegetal ecològica
Verdura fresca (primers plats)



Arròs
Pasta
Pa blanc integral tots els dies
Cereals



Arròs
Mensualment peix fresc de mercat
Fruita de temporada
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Mairé, entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres



Oli d'oliva
Sal iodada
Carns blanques d'origen català
Vedella de Girona

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org



Menú vegà Escola Pere Vila - Juny

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1 Llenties amb verdures Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a la planxa Amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	2 "Vichyssoise" (s/l) Pastís de patata amb bolonyesa vegetal de soja s/plv (vegà) Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	3 Arròs integral amb salsa de tomàquet Truita amb farina de cigró de patates amb Amanida d'enciam i germinats Fruita de temporada	4 Sopa amb brou vegetal i fideus (s/so) Seità arrebossat (s/o) amb Patates panadera logurt de soja	5 Mongeta tendra amb pastanaga i patates Daus de tofu adobats (sense curri) amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada
8 Amanida de pasta amb blat de moro, olives verdes i pastanaga (s/g i s/o) Truita amb farina de cigró de patata i carbassó Amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	9 Empedrat (mongetes seques, pastanaga i olives verdes) Tofu fumat amb salsa de tomàquet Amanida d'enciam i col llombarda Fruita de temporada	10 Purè de verdures Burrito vegetal amb picada de soja texturitzada amb formatge vegà amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	11 Arròs amb verdures Truita a la francesa amb farina de cigró Amanida d'enciam i pastanaga logurt de soja	12 Amanida de cigrons amb pastanaga, olives i blat de moro Croquetes de mill i verdures (s/al.lèrgens) Amanida de tomàquet i cogombre Fruita de temporada
15 Amanida d'arròs integral (arròs integral, pastanaga i olives verdes) Seità amb salsa verda (all i julivert) amb Amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 Coliflor amb patata Amanida de cigrons amb blat de moro i pastanaga (s/px) Fruita de temporada	17 Llenties bullides amb oli d'oliva Truita amb farina de cigró de patates Amanida d'enciam i pipes Fruita de temporada	18 Guacamole Pica-pica (hummus, patates xip i olives) Croquetes de mill i verdures (s/al.lèrgens) Amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	19 Macarrons a la napolitana (s/g i s/ou) Hamburguesa vegetal de tofu i pastanaga a la planxa amb Patates panadera Gelats de gel sabor
22	23	24 DIA FESTIU	25	26
29	30			

Plats i àpats sense productes d'origen animal.

CARACTERÍSTIQUES DELS PRODUCTES DELS NOSTRES MENÚS:



Fruita de temporada
logurt sense sucre
Proteïna vegetal ecològica
Verdura fresca (primers plats)



Arròs
Pasta
Pa blanc integral tots els dies
Cereals



Arròs
Mensualment peix fresc de mercat
Fruita de temporada
Verdura fresca (primers plats)



Peix blanc: Lluç, Bacallà, Maire, entre d'altres
Peix blau: Sardina, Salmó, Palometa, Seitó entre d'altres



Oli d'oliva
Sal iodada
Carns blanques d'origen català
Vedella de Girona

DADES DE CONTACTE

escoles.fundesplai.org
esplaiescola@fundesplai.org

