

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

**\*\*Les elaboracions dels plats amb peix blanc i blau, poden sotmetre's a canvis segons l'oferta de peix de mercat.**

1

Arròs blanc amb oli d'oliva  
Peix blanc\*\* a la planxa  
logurt natural sense lactosa

2

Patates amb oli  
Pollastre al forn  
Fruita

3

Arròs blanc amb oli d'oliva  
Peix blanc\*\* a la planxa  
Fruita

4

Patates amb oli  
Pollastre al forn  
Fruita

7

Macarrons blancs amb oli d'oliva  
Peix blanc\*\* a la planxa  
Fruita

8

Patates amb oli  
Gall dindi a la planxa  
logurt natural ECO sense sucre

9

Sopa de brou vegetal amb fideus  
Peix blanc\*\* a la planxa  
Fruita

10

Arròs blanc amb oli d'oliva  
Pollastre al forn  
Fruita

11

Patates amb oli  
Trita francesa  
Fruita

14

Espirals amb oli d'oliva  
Peix blanc\*\* amb salsa verda  
Fruita

15

Arròs blanc amb oli d'oliva  
Trita francesa  
logurt natural ECO sense sucre

16

Cous-cous amb oli d'oliva  
Pollastre al forn  
Fruita

17

Arròs blanc amb oli d'oliva  
Gall dindi a la planxa  
Fruita

18

Sopa de brou vegetal amb fideus  
Bistec de vedella al a planxa  
Fruita

21

Patates amb oli  
Peix blanc\*\* a la planxa  
Fruita

22

Arròs blanc amb oli d'oliva  
Pollastre al forn  
logurt natural ECO sense sucre

23

Arròs blanc amb oli d'oliva  
Trita francesa  
Fruita

24

Espaguetis amb oli d'oliva  
Peix fresc de mercat  
Fruita

25

Arròs blanc amb oli d'oliva  
Trita francesa  
Fruita

28

Arròs blanc amb oli d'oliva  
Peix blau\*\* al forn  
Fruita

29

Patates amb oli  
Carn magra a la planxa  
logurt natural ECO sense sucre

30

Patates amb oli  
Pollastre al forn  
Fruita

31

Arròs blanc amb oli d'oliva  
Trita francesa  
Fruita

## 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

a més a més

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

## DADES DE CONTACTE

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

