



DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
Crema de carbassó ▲ amb rostes (opcional) Llibret de pollastre amb amanida mèsclum Poma	Mongetes seques blanques estofades amb verdures Truita de patates amb enciam, blat de moro i olives iogurt ◆	Arròs amb tomàquet Bistec de vedella a la planxa amb amanida variada Plàtan	Espirals vegetals amb salsa matriciana (*) Filet de rap arrebossat amb amanida, blat de moro i tomàquet Taronja amb sucre i canyella	Amanida russa (patata, pèsols, pastanagues, mongeta verda, tonyina i ou dur) Salsitxes amb patates fregides Pera
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
Macarrons integrals amb orenga i tonyina Filet de lluç al forn amb ceba fregida Pera	Gaspatxo amb rostes (opcional) Paella mixta iogurt ◆	Patates gratinades al forn Truita a la francesa amb tomàquet amanit Maduixes	Bròcoli ▲ amb patates Pernillets de pollastre amb salsa de tomàquet Poma	Crema de cigrons i porro amb rostes (opcional) Filet de llom a la planxa amb amanida variada Taronja
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
Tallarines saltejades amb salsa de soja i verduretes Pit de pollastre a la llimona amb amanida variada Pera	Mongeta tendra amb patates Truita de pernil dolç amb amanida mèsclum, tomàquet i olives iogurt ◆	Crema de verdures amb rostes (opcional) Mandonguilles de vedella a la jardineria (*) Taronja	Sopa de pollastre amb arròs Tonyina al forn amb llet de ceba Poma	Llenties estofades amb verdures Botifarra al forn amb enciam, pastanaga i pebrot Maduixes
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 29
Crema de calçots ▲ amb rostes (opcional) Xai a la planxa amb patates al caliu Poma	Bledes amb patates Costella de gall dindi al forn amb xampinyons Taronja	Raviolis de formatge amb tomàquet Filet de bacallà al forn amb ceba Natilles de vainilla	Arròs amb sípia Truita de carxofes amb amanida variada Plàtan	Cigrons estofats amb verdures Hamburguesa de vedella amb enciam, remolatxa i olives Pera
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
Crema de porros i poma amb rostes (opcional) Broquetes de pollastre al forn amb xampinyons Poma	Sopa de brou amb estrelletes Truita de carbassó ▲ amb enciam, pastanaga i olives Plàtan			

(*) Salses

Carbonara: llet, bacó i formatge

Jardineria: sofregit de ceba i tomàquet, pèsols i pastanagues

Napolitana: salsa de tomàquet, orenga i formatge ratllat

Bolonysa: carn de vedella trinxada, salsa de tomàquet, orenga i formatge ratllat

Marinera: ceba, tomàquet i pebrot vermell

Matriciana: ceba, tomàquet i bacó

Verda: ceba, all i julivert

Xampinyons: xampinyons, ceba, all i julivert

Ametlles: tomàquet, ceba, all, julivert i ametlla

- Llegums ecològics ◆ iogurt de "La Fageda" ▲ Verdura de temporada

1. L'escola ofereix també pa (elaborat en un forn artesanal del poble), crema de verdures variades i un buffet d'ingredients per confeccionar una amanida completa.

2. La carn és denominació d'origen Catalunya, menys la de xai que és de Terol.

3. Per causes justificades es podrà canviar algun menú.

4. En cas de necessitar RÈGIM el menú serà:

- Arròs blanc o verdura - pollastre, carn o peix a la planxa - poma o iogurt. (cal, però, avisar prèviament a Secretaria)

ADAPTACIONS INTOLERÀNCIA AL GLUTEN

- Tots els plats de pasta i arrebossats amb farines adequades sense gluten.
- Les mandonguilles, les hamburgueses, les botifarres, les salsitxes es faran amb farina sense gluten.
- L'escola disposa de pa de motlle sense gluten, tant per dinar cada dia com per fer els picnics.

ADAPTACIONS INTOLERÀNCIA A LA LACTOSA

- Les olives, la truita, la vichyssoise, les mandonguilles, les hamburgueses, les botifarres, les salsitxes i la maionesa no porten llet.
- Els llibrets seran sense formatge.

Es menús són elaborats per l'equip de cuina de l'escola i s'han tingut en compte les orientacions del Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya i de la Comissió de Serveis del Consell Escolar amb l'objectiu de promoure entre els nostres alumnes una dieta mediterrània equilibrada i uns hàbits alimentaris saludables.

