


MENÚ TERCER TRIMESTRE 23-24

Menú diari Proposta sopar



ABRIL 2024

DIL	DIM.	DIC.	DIJ.	DIV.
	2 Amanida de pasta (pasta tricolor amb tonyina, tomàquet, blat de moro i olives), Maionesa opcional Truita de formatge amb d'enciam i cogombre Pa integral Fruita	3 Crema de pastanaga Llenties amb arròs i oli amb amanida de tomàquet i olives Iogurt natural	4 Arròs integral amb verdures (pastanaga, pebrot, ceba, carbassó) Salmó al forn amb carbassó fregit Fruita	5 Crema de carbassó (carbassó, ceba i patata) Pit de gall d'indi al forn amb salsa de pebrot i tomàquet amb patates fregides Pa integral Fruita
	Llegums Peix blau amb amanida Làctic (iogurt, formatge, mató, llet)	Moniato o patata Carn blanca amb verdura Fruita del temps	Amanida Carn blanca amb patata Fruita del temps	Verdura amb patata ou Fruita del temps
8	9	10	11	12
Amanida de cabdells d'enciam, blat de moro, pastanaga, ou dur i tonyina (Salsa de iogurt opcional) Espirals amb salsa de tomàquet Pa integral Fruita	Sopa de peix amb pa torrat Escalopa de vedella amb tomàquet al forn (arrebossat casolà) Pa integral Fruita	Amanida de cigrons amb tomàquet, pebrot, pastanaga i olives Truita de patata i carbassó amb amanida d'enciam blat de moro Gelati/llet amb cola cao	Mongeta tendra amb sofregit de ceba i salsa de tomàquet. Hamburguesa de pollastre Fruita	Amanida d'arròs amb pastanaga, blat de moro i olives (Maionesa opcional) Bacallà al forn amb ceba Fruita
Crema de verdures Carn blanca amb cereal Fruita del temps	Amanida amb patata Peix blau Fruita del temps	Sopa amb cereal Peix blanc amb hortalisses Làctic	Verdura amb llegum Làctic amb cereal Fruita del temps	Crema de verdures Ou amb cereal Fruita del temps
15	16	17	18	19
Espaguetis integrals amb pesto de pipes (alfàbrega, pipes i formatge) Ous farcits de tonyina amb amanida de pastanaga i olives Pa integral Fruita	Sopa de Xampinyons Amanida de llenties amb tomàquet, pastanaga, olives i blat de moro Fruita	Amanida camperola (patata, tomàquet, ceba i olives). Pit de pollastre al forn amb xampinyons Iogurt natural	Arròs integral amb, pastanaga, blat de moro i tomàquet Croquetes de bacallà (al forn) amb amanida d'enciam i poma. Fruita	Escudella de pasta amb verdures (pèsols, pastanaga i mongeta tendra) Botifarra al forn amb patates fregides i tomàquet amanit Fruita
Hortalisses amb llegum Peix blanc Làctic	Amanida amb patata Carn blanca Fruita del temps	Crema de verdures Peix blau amb cereal Fruita del temps	Purè de patata o moniato Carn blanca amb amanida Fruits secs	Amanida Carn blanca amb patata Fruita del temps
22	23	24	25	26
Amanida de tomàquet, formatge fresc i olives Macarrons amb bolonyesa vegetal (sofregit de ceba, tomàquet i soja texturitzada) amb formatge Pa integral Fruita	Ensalada russa (patata, pèsols, mongeta tendra i pastanaga) Maionesa opcional Cuixa de pollastre al forn amb tomàquet amanit Fruita	Empedrat (mongeta, pebrot vermell, tomàquet, ceba i olives) Truita d'espínacs amb amanida d'enciam, pastanaga i blat de moro Iogurt natural	Crema de porros (Vichysoise) Mandonguilles (porc i vedella) guisades amb sofregit de ceba i tomàquet amb patates fregides Pa Integral Fruita	Arròs llarg vaporitzat amb tomàquet Lluç arrebossat (casolà) amb amanida d'enciam, poma i pipes de gira-sol Fruita
Crema de verdures Peix blanc amb patata Fruita del temps	Sopa amb cereal Hortalisses amb humus Fruita del temps	Verdura amb patata Peix blau Fruita del temps	Amanida Ou amb patata Fruits secs	Verdura amb llegums Làctic amb cereal (Ex: pa amb formatge o iogurt amb civada) Fruita del temps

MENÚ TERCER TRIMESTRE 23-24

Menú diari Proposta sopar



Escola Guillem de Mont-rodon

MAIG 2024

MAIG 2024				
DILL	DIM.	DIC.	DIJ.	DIV.
			2	3
			Amanida de pasta (pasta tricolor amb tonyina, tomàquet, blat de moro i olives), Maionesa opcional Truita de formatge amb d'enciam i cogombre Pa integral Fruita	Arròs integral amb verdures (pastanaga, pebro, ceba, carbassó) Salmó al forn amb carbassó fregit Fruita
			Llegums Peix blau amb amanida Làctic (iogurt, formatge, mató, llet)	Amanida Carn blanca amb patata Fruita del temps
6	7	8	9	10
Amanida de cabdells d'enciam, blat de moro, pastanaga, ou dur i tonyina Salsa de iogurt opcional Espirals amb salsa de tomàquet Pa integral Fruita	Sopa de peix amb pa torrat Escalopa de vedella amb tomàquet Al forn (arrebossat casolà) Pa integral Fruita	Amanida de cigrons amb tomàquet, pebro, pastanaga i olives Truita de patata i carbassó amb amanida d'enciam i blat de moro Gelat/llet amb cola cao	Mongeta tendra amb sofregit de ceba i salsa de tomàquet. Hamburguesa de pollastre Fruita	Amanida d'arròs amb pastanaga, blat de moro i olives Maionesa opcional Bacallà amb ceba Fruita
Crema de verdures Carn blanca amb cereal Fruita del temps	Amanida amb patata Peix blau Fruita del temps	Sopa amb cereal Peix blanc amb hortalisses Làctic	Verdura amb llegum Làctic amb cereal Fruita del temps	Crema de verdures Ou amb cereal Fruita del temps
13	14	15	16	17
Espaguetis integrals amb pesto de pipes (alfabrega, pipes i formatge parmesà) Ous farcits de tonyina amb amanida de pastanaga i olives Pa integral Fruita	Sopa de Xampinyons Amanida de lleties amb tomàquet, pastanaga, olives i blat de moro Fruita	Amanida camperola (patata, tomàquet, ceba i olives) Pit de pollastre al forn amb xampinyons Iogurt natural	Arròs integral amb pastanaga, blat de moro i tomàquet Croquetes de bacallà (al forn) amb amanida d'enciam i poma. Fruita	Escudella de pasta amb verdures (pèsols, pastanaga i mongeta tendra) Mandonguilles (porc i vedella) guisades amb sofregit de ceba i tomàquet amb patates fregides / Pa integral Fruita
Crema de verdures Carn blanca amb patata Fruita del temps	Verdura amb patata o moniato Peix blanc Fruita del temps	Verdura amb llegums Ou Fruita del temps	Puré de patata o moniato Carn blanca amb amanida Fruits secs	Amanida amb fruita Pa amb humus Làctic

MENÚ TERCER TRIMESTRE 23-24



Menú diari



Proposta sopar



Escola Guillem de Mont-rodon

MAIG 2024

DILL	DIM.	DIC.	DIJ.	DIV.
	21	22	23	24
	Amanida de tomàquet, formatge fresc i olives Macarrons amb bolonyesa vegetal (sofregit de ceba, tomàquet i soja texturitzada) amb formatge Pa integral Fruita	Ensalada russa (patata, pèsols, mongeta tendra i pastanaga) Maionesa opcional Cuixa de pollastre al forn amb tomàquet amanit Iogurt natural	Crema de porros (Vichysoise) Pèsols estofats amb calamars i gambetes Pa integral Fruita	Arròs llarg vaporitzat amb tomàquet Lluç arrebossat (casolà) amb amanida d'enciam, poma i pipes de gira-sol Fruita
	Hortalisses amb llegum Peix blanc Làctic	Crema de verdures Peix blau amb cereal Fruita del temps	Verdura amb cereal Ou Fruita del temps	Amanida Carn blanca amb patata Fruita del temps
27	28	29	30	31
Amanida de pasta (pasta tricolor amb tonyina, tomàquet, blat de moro i olives), Maionesa opcional Truita de formatge amb amanida d'enciam i cogombre Pa integral Fruita	Crema de pastanaga Lenties amb arròs i oli amb amanida de tomàquet i olives Fruita	Patates, mongeta tendra i pastanaga Llom (arrebossat casolà) i verdures al brasa (albergínia, pebrot...) Iogurt natural	Arròs integral amb verdures (pastanaga, pebrot, ceba, carbassó) Salmó al forn amb carbassó fregit Fruita	Crema de carbassó (carbassó, ceba i patata) Pit de gall d'indi al forn amb salsa de pebrot i tomàquet amb patates fregides Pa integral Fruita
Llegums Peix blau amb amanida Làctic (iogurt, formatge, mató, got de llet)	Moniato o patata Carn blanca amb verdura Fruita del temps	Sopa amb cereal Ou amb verdures Fruita del temps	Amanida Carn blanca amb patata Fruita del temps	Verdura amb patata ou Fruita del temps



Escola Guillem de Mont-rodon

MENÚ TERCER TRIMESTRE 23-24

Menú diari

Proposta sopar

JUNY 2024

DILL	DIM.	DIC.	DIJ.	DIV.
3	4	5	6	7
Amanida de cabdells d'enciam, blat de moro, pastanaga, ou dur i tonyina Salsa de iogurt opcional Espirals amb salsa de Tomàquet Pa integral Fruita	Mongeta tendra amb sofregit de ceba i salsa de tomàquet. Hamburguesa de pollastre amb patates fregides i tomàquet al forn. Fruita	Amanida de cigrons amb tomàquet, pebrot, pastanaga i olives Truita de patata i carbassó amb amanida d'enciam i blat de moro Iogurt natural	Sopa de peix amb pa torrat Escalopa de vedella (arrebossat casolà) Pa integral Fruita	Amanida d'arròs amb pastanaga, blat de moro i olives (Maionesa opcional) Salmó al forn amb ceba i amanida d'enciam, col llombarda i olives Fruita
Llegums amb verdures Peix blanc Làctic	Amanida Cereal humus Fruita del temps	Crema de verdures Carn blanca Fruita del temps	Verdura amb llegum Ou Fruita del temps	Fruita amb pernil Ou amb verdures Fruita del temps
10	11	12	13	14
Espaguetis integrals amb pesto de pipes (alfàbrega, pipes i formatge parmesà) Ous farcits de tonyina amb amanida de pastanaga i olives Pa integral Fruita	Sopa de Xampinyons Amanida de lleties amb tomàquet, pastanaga, olives i blat de moro Fruita	Amanida camperola (patata, tomàquet, ceba i olives). Pit de pollastre al forn amb xampinyons Gelaf/llet amb cola cao	Arròs integra amb, pastanaga, blat de moro i tomàquet Croquetes de bacallà (al forn) amb amanida d'enciam i poma Fruita	Escudella de pasta amb verdures (pèsols, pastanaga i mongeta tendra) Botifarra al forn amb patates fregides i tomàquet amanit Fruita
Crema de verdures Carn blanca amb patata Fruita del temps	Verdura amb patata Peix blanc Fruita del temps	Sopa amb cereal Ou amb amanida Fruita del temps	Sopa amb cereal Humus amb hortalisses Fruita del temps	Pizza Amb hortalisses, peix blau Fruita del temps
19	20	19	20	21
Amanida de tomàquet, formatge fresc i olives Macarrons amb bolonyesa vegetal (sofregit de ceba, tomàquet i soja texturitzada) amb formatge Pa integral Fruita	Empedrat (mongeta, pebrot vermell, tomàquet, ceba i olives) Truita d'espínacs amb amanida d'enciam, pastanaga i blat de moro Fruita	Ensalada russa (patata, pèsols, mongeta tendra i pastanaga) Maionesa opcional Cuixa de pollastre al forn amb tomàquet amanit Iogurt natural	Arròs llarg vaporitzat amb tomàquet Lluç arrebossat (casolà) amb amanida d'enciam, poma i pipes de gira-sol Fruita	MENÚ ESTRELLA FI DE CURS (ESCOLLIT PELS ALUMNES)
Llegums Peix blau amb amanida Làctic	Patata Carn blanca amb verdura Fruita del temps	Sopa amb cereal Ou amb verdures Fruita del temps	Amanida Carn blanca amb patata Fruita del temps	