

DILLUNS 2 - Arròs integral amb salsa de tomàquet - Bacallà al forn a la mussolina d'all i patata al forn amb amanida - Síndria SOPAR Amanida, hamburguesa de quinoa amb verdures, fruita	DIMARTS 3 - Crema de porros - Pollastre rostit al forn amb patates i amanida - Nectarina SOPAR Arròs integral, peix a la planxa, amanida i fruita	DIMECRES 4 - Mongetes seques estofades amb verdures - Truita de patata i ceba amb amanida - Meló SOPAR Crema de verdures, vedella, amanida i fruita	DIJOUS 5 - Mongeta verda, patata i pastanaga al vapor - Hamburguesa mixta (porc i vedella) al forn amb formatge - Albercoc SOPAR Pollastre al forn amb verduretes, amanida, fruita	DIVENDRES 6 FESTA FINAL DE CURS - Amanida de pasta amb ou i tonyina - Croquetes de rostit amb amanida - Gelat SOPAR Verdures del temps, ou, amanida i fruita
DILLUNS 9 - Amanida completa amb ou dur - Espaguetis a la carbonara (crema de llet amb bacó) - Síndria SOPAR Crema de patata i pera, conill, amanida i fruita	DIMARTS 10 - Cigrons i patata al vapor - Gall dindi amb salsa de prunes i amanida - Meló SOPAR Peix al forn amb verdures, amanida i fruita	DIMECRES 11 - Crema de carbassó amb rostes - Pollastre al forn amb salsa ximixurri i cuscús al curri - Plàtan SOPAR Remenat de xampinyons, amanida, fruita	DIJOUS 12 - Pèsols, pastanaga amb patata al vapor - Mandonguilles mixtes amb salsa de tomàquet - Iogurt natural SOPAR Verdura del temps, llegums, amanida i fruit	DIVENDRES 13 - Arròs integral saltejat amb all i julivert - Lluç amb sofregit de ceba i tomàquet amb amanida - Nectarina SOPAR Pizza casolana de verdures, fruita
DILLUNS 16 - Amanida completa amb formatge fresc i poma - Llenties guisades amb verduretes - Plàtan SOPAR Saltejat de verdures, ou poché, amanida i fruita	DIMARTS 17 - Ensaladilla russa (ou i tonyina) amb maionesa casolana - Bacallà al forn amb all i julivert acompanyat d'amanida - Síndria SOPAR Pollastre al forn amb verduretes, amanida, fruita	DIMECRES 18 - Mongeta seca amb patata al vapor - Truita de carbassó amb amanida - Prunes SOPAR Crema de porros, peix blau al forn, amanida i fruita	DIJOUS 19 - Arròs 3 delícies (pèsols, pastanaga i ou dur) - Aletes de pollastre adobades amb amanida - Iogurt natural SOPAR Verdures al forn, hummus amanida i fruita	DIVENDRES 20 - Crema de verdures amb rostes - Fideuà mixta de carn i peix amb allioli casolà - Meló SOPAR Pa amb tomàquet, truita a la francesa, fruita
DILLUNS 23 FESTA SOPAR	DIMARTS 24 FESTA SOPAR	DIMECRES 25 FESTA SOPAR	DIJOUS 26 FESTA SOPAR	DIVENDRES 27 FESTA SOPAR
DILLUNS 30 FESTA SOPAR	SOPAR	SOPAR	SOPAR	SOPAR

* Cada dia hi ha amanida al menú feta a partir d'hortalisses fresques: enciam, espinacs, tomàquet, pebrot, ceba, remolatxa, pastanaga...
 * Cada hi haurà pa integral
 * Les truites estan elaborades amb ous frescos
 * L'arròs i tots els llegums són de circuit curt i ecològics.
 * Arrebossats són d'elaboració pròpia i cuinats amb oli d'oliva.
 * Els iogurts són sempre ecològics

Els menús estan fets amb seguint la guia:
 "Alimentació Saludable en l'etapa escolar" Edició 2020.

