

Menú escolar Maig - 2025

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens



Dilluns

28 Abril

Crema de pastanaga amb rostets de pa al forn
Espaguetis a la bolonyesa vegetal
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida verda d'hortalisses
Pollastre al forn
Xips de xirivía i moniato
Fruita natural de temporada

Dimarts

29 Abril

Arròs amb salsa de tomàquet
Peix fresc de Mercat
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca
Fruita de temporada

i per sopar...
Quinoa amb verdures i fruita seca
Filet de carn magra de porc a la planxa
Fruita natural de temporada

Dimecres

30 Abril

Mongetes seques estofades amb pastanagues
Fruita de verdura
Pastanaga ratllada, blat de moro, trossets de nous i fulles d'enciams romana
Fruita de temporada

i per sopar...
Patates guisades amb bacallà
logurt amb ametlles

Dijous

1

Divendres

2

5

Fideuà (sípia i gambes)
Croquetes d'espinacs
Enciams variats amanits amb raves i olives verdes
Fruita de temporada

i per sopar...
Hummus amb bastonets de pa integral
Verdures saltades amb arròs
logurt natural

6

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Peix fresc de Mercat
Fulles d'enciams variats amb cogombre, pastanaga ratllada i olivetes negres
logurt natural

i per sopar...
Espinacs saltats amb panses i pinyons
Cuixetes de pollastre a la cassola amb ceba i pastanaga
Fruita natural de temporada

7

Crema de carbassó amb rostets de pa al forn
Vedella estofada amb patates
Fruita de temporada

i per sopar...
Sopa de pasta integral
Bistec a la planxa de vedella
Fruita natural de temporada

8

Pèsols i patata (amb maionesa opcional)
Fruita a la francesa
Enciams variats amanits amb raves i olives verdes
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida de tomàquet i olives
Gall dindi guisat amb xampinyons i pastanagues
Fruita natural de temporada

9

12

Crema de carbassa amb rostets de pa al forn
Arròs a la cassola amb au
Fruita de temporada

i per sopar...
Patata i bròquil
Lluç amb salsa verda
Fruita natural de temporada

13

Espaguetis integrals amb salsa de formatges
Peix fresc de Mercat
Fulles d'enciams variats amb cogombre, pastanaga ratllada i olivetes negres
logurt natural

i per sopar...
Sopa d'au
Falafel al forn
Cogombre i pastanaga
Fruita natural de temporada

14

Llenties amb verdures
Fruita de pernil cuit
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca
Fruita de temporada

i per sopar...
Salmó a la papillota amb pastanaga, carbassó i ceba
Fruita natural de temporada

15

Amanida camperola de patata (tomàquet vermell, blat de moro i olives verdes i negres)
Aletes de pollastre amb soja, mel i llimona
Patates xips
Fruita de temporada

i per sopar...
Crema de carbassó
Gall dindi amb samfaina
Llesca de pa amb tomàquet
Fruita natural de temporada

16

Mongeta tendra amb pastanaga i patates
Filet de gall dindi arrebossat
Pastanaga ratllada, blat de moro, trossets de nous i fulles d'enciams romana
Fruita de temporada

i per sopar...
Orada al forn amb pèsols i pastanaga baby
Fruita natural de temporada

19

Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat
Fruita de verdura
Pastanaga ratllada, blat de moro, trossets de nous i fulles d'enciams romana
logurt natural

i per sopar...
Crema de pastanaga
Llenguado a la planxa amb pebrot escalivat
Fruita natural de temporada

20

Amanida d'arròs amb pastanaga i blat de moro
Peix fresc de Mercat
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca
Fruita de temporada

i per sopar...
Quinoa amb verdures i fruita seca
Bistec de vedella a la planxa
Fruita natural de temporada

21

Cigrons estofats amb patates
Croquetes d'espinacs
Rodanxes de tomàquet madur, amb olives verdes, cogombre amb fulles d'enciams romana i vinagreta de iogurt grec, oli, menta i orenga
Fruita de temporada

i per sopar...
Sípia a la planxa i patata al caliu
Carbassó a la planxa
Fruita natural de temporada

22

Espinacs amb patata
Pollastre al forn amb ceba
Fruita de temporada

i per sopar...
Sopa de meravella
Hamburguesa vegetal a la planxa
Xampinyons saltats amb all i julivert
Fruita natural de temporada

23

Empedrat (mongetes seques, pastanaga, olives verdes i verat)
Filet de gall dindi al forn amb salsa verda
Fulles d'enciams variats amb cogombre, pastanaga ratllada i olivetes negres
Fruita de temporada

i per sopar...
Arròs amb verdures
Remenat d'ous amb patata, ceba i pebrot i torradeta de pa
Fruita natural de temporada

Peix fresc de mercat: No podem especificar el tipus de peix ni el seu mode de cocció perquè dependrà de la pesca, el temps i el mar. Sabem que serà peix de platja i sabem que seran lluç, mare de lluç, bacallanet, sòrell, bròtola, llenguadina, mòllera, fruita de riu, salmó, orada, verat, moixina i seitó. Cada peix serà pescat en la seva temporada i les coccions seran diverses i les determinarà el tipus de peix. Els cuinarem a l'andalusa, a la romana, enfarinat, arrebossat, a la planxa, al forn amb verdures, al forn amb ceba, tomàquet i patates, amb salsa de tomàquet o salsa verda, amb salsa d'anet i també farem suquet amb patates.