

03 DILLUNS

FESTIU

04 DIMARTS

FESTIU

05 DIMECRES

FESTIU

06 DIJOUS

FESTIU

07 DIVENDRES

FESTIU

10 DILLUNS

FESTIU

11 DIMARTS

- Macarrons amb salsitxes de pollastre, salsa de tomàquet i formatge (1,6,7)
- Amanida complerta
- Fruita del temps

12 DIMECRES

- Cigrons amb samfaina
- Llom de salmó amb pastanaga i olives (4)
- Fruita del temps

13 DIJOUS

- Coliflor amb patata i beixamel gratinada al forn (7)
- Daus de gall d'indi amb pastanaga i ceba al forn
- logurt natural "La Selvatana" (7)

14 DIVENDRES

- Paella de verdures
- Bacallà a l'allada amb patates i bròquil (4)
- Fruita del temps

17 DILLUNS

- Arròs integral amb tomàquet i ceba
- Lluç enfarinat al forn amb pastanaga i carxofes (4)
- Fruita del temps

18 DIMARTS

- Crema de verdures de temporada
- Conracuixa de pollastre al forn a la taronja amb patates
- logurt natural "La Selvatana" (7)

19 DIMECRES

- Bròquil amb patates
- Mandonguilles guisades amb pastanaga, ceba i pèsols (1, 6)
- Fruita del temps

20 DIJOUS

- Fideuà de peix (1, 2, 4, 14)
- Hamburguesa vegetal amb enciam i olives
- Fruita del temps

21 DIVENDRES

- Hummus amb bastonets de pastanaga
- Llenties estofades amb arròs i verdures
- Fruita del temps

24 DILLUNS

- Crema de carbassa
- Rap a la marinera (4)
- logurt natural "La Selvatana" (7)

25 DIMARTS

- Arròs a la milanesa
- Cigrons saltejats amb salsa de tomàquet
- Fruita del temps

26 DIMECRES

- Mongetes seques saltejades amb all, julivert i bròquil
- Pollastre a la planxa amb enciam i olives
- Fruita del temps

27 DIJOUS

- Patates estofades amb carn de coll de porc
- Amanida complerta
- Fruita del temps

28 DIVENDRES

DIA DE LA GASTRONOMIA

AL·LÈRGENS

1 Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats. 2 Crustàcis i productes a base de crustàcis. 3 Ous i productes a base d'ou. 4 Peix i productes a base de peix. 5 Cacaüets i productes a base de cacaüets. 6 Soja i productes a base de soja. 7 Llet i els seus derivats (inclou la lactosa). 8 Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous de Brasil, festucs, macadàmies i productes derivats. 9 Api i productes derivats. 10 Mostassa i productes derivats. 11 Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam. 12 Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10mg/kg o 10ml/l expressat com a SO2 13 Tramussos i productes a base de tramussos. 14 Mol·luscs i productes a base de mol·luscs.

Coordinació: arturmartorellmenjador@gmail.com
Administració: administracio@ambitescola.cat
Avisos i incidències: 658 182 895



ELS ESSENCIALS DEL MÉS

ALLS TENDRES · FONOLL · ESCAROLA
FAVA · REMOLATXA · PÈSOL · CEBA
COLRAVE · XIRIVIA · MANDARINA
POMA · CARBASSA · CARXOFA

Menús supervisats per:



Silvia Vancells Morón
Tècnica Superior en dietètica.
Associada nº 291 ASNADI
(Associació nacional de dietistes TSD)