

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
- Truita de carbassó amb pastanaga i olives (3)
- 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
- Mongeta blanca a l'allada amb patates i bròquil
- Fruita del temps

17 DILLUNS

- Arròs integral amb tomàquet i ceba
- Hamburguesa vegetal amb pastanaga i carxofes (6)
- 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

- Sopa d'au amb fideus (1)
- Truita de formatge amb enciam i olives (3,7)
- Fruita del temps

21 DIVENDRES

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

24 DILLUNS

- Crema de carbassa
- Hamburguesa vegetal amb guarnició (6)
- logurt natural "La Selvatana" (7)

25 DIMARTS

- Arròs a la milanesa
- Ous gratinats al forn amb salsa de tomàquet i formatge rallat (3, 7)
- Fruita del temps

26 DIMECRES

- Mongetes seques saltejades amb all, julivert i bròquil
- Pollastre arrebossat amb enciam i olives (1, 3)
- 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 Cacauets i productes a base de cacauets.
- 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 abse 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:

DELICIOSA
MARTHA

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