

04 DILLUNS

- Mongetes blanques amb oli d'all i julivert
- Carxofes al forn
- Fruita del temps

05 DIMARTS

- Tomaquets amanits
- Lasanya de verdures
- Fruita del temps

06 DIMECRES

- Caldo
- Llibrets de llom arrebossats
- Fruita del temps

07 DIJOUS

- Closques al vapor (musclos/cloïses/tallarines...)
- Patata i mongeta tendra
- Fruita del temps

01 DIVENDRES

- Albergínies a la planxa
- Raviolis farcits
- Fruita del temps

08 DIVENDRES

- Brou vegetal amb pistons
- Remenat d'ous amb espàrrecs verds
- Fruita del temps

11 DILLUNS

- Plat únic: truita de patata + pa amb tomàquet + triangles de formatge
- Fruita del temps

12 DIMARTS

- Tomàquet i alvocat
- Sèpia a la planxa
- Fruita del temps

13 DIMECRES

- Llenties i arròs al curry guisat amb verdures (plat únic)
- Fruita del temps

14 DIJOUS

- Plat únic: mandonguilles a la jardinera
- Fruita del temps

15 DIVENDRES

- Guacamole amb bastonets de pastanaga
- Salmó a la planxa amb espinacs saltejats
- Fruita del temps

18 DILLUNS

- Crema de verdures
- Peix al forn/planxa amb patates
- Fruita del temps

19 DIMARTS

- Hummus de cigrò
- Truita jardinera amb pa amb tomàquet
- Fruita del temps

20 DIMECRES

- Sopa de brou d'au amb pistons
- Pit de pollastre a la planxa amb verdures
- Fruita del temps

21 DIJOUS

- Amanida completa
- Peix de platja arrebossat
- Fruita del temps

22 DIVENDRES

- Amanida
- Arròs a la cubana
- Fruita del temps

ALÈRGENS 1 Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats. 2 Crustacis i productes a base de crustacis. 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 (inclosa 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 10 mg/kg o 10 ml/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
 658 182 895
 Avisos i incidències:

àmbit escola
 projectes socio-educatius

ELS ESSENCIALS DEL MÉS

Api- Nap- Fonoll-
 Ceba tendra-
 Bròcoli- Enciam-
 Bledes- Pastanaga-
 Plàtan- Pera



Menús elaborats per:



Silvia Vancells Morón
 Tècnica Superior en dietètica.
 Associada n° 291 ASNADI
 (Associació Nacional de Dietistes
 TSD)