

03

DILLUNS

- Espirals amb tomàquet, orenga i formatge ratllat (1,7)
- Hamburguesa de vedella amb enciam i pastanaga (4)
- Fruita de temporada

04

DIMARTS

- Saltejat de verdures de temporada (espinacs, carbassó, col, ceba i pastanaga)
- Daus de gall d'indi al forn amb col lombarda i olives
- Fruita de temporada

05

DIMECRES

- Cigrons amb verdures de temporada
- Truita de formatge amb enciam i tomàquet amanit(3)
- logurt natural "La Selvatana" (7)

06

DIJOUS

- Paella de peix (sèpia i gambeta) (4, 14)
- Amanida complerta
- Fruita de temporada

07

DIVENDRES

- Crema de pastanaga i porro
- Contracuixa de pollastre al forn amb ceba
- Fruita de temporada

10

DILLUNS

- Crema de carbassó amb crostons de pa (1)
- Fricandó de vedella
- Fruita de temporada

11

DIMARTS

- Arròs amb tomàquet, pastanaga i porro
- Truita de patata amb enciam i ceba tendra
- Fruita de temporada

12

DIMECRES

- Col rostida amb patates
- Bacallà amb allada amb cogombre i olives
- Fruita de temporada

13

DIJOUS

- Mongeta blanca amb all i julivert
- Gall d'indi amb ceba caramelitzada, enciam i tomàquet
- Fruita de temporada

14

DIVENDRES

- Macarrons a la bolonyesa de carn picada de pollastre (1)
- Amanida variada complerta
- logurt natural "La Selvatana" (7)

17

DILLUNS

- Arròs amb samfaina
- Contracuixa de pollastre al forn amb patates fregides
- logurt natural "La Selvatana" (7)

18

DIMARTS

- Espaguetis a la napolitana (1)
- Salmó al forn amb patates i ceba (4)
- Fruita de temporada

19

DIMECRES

- Bledes amb patates
- Llenties estofades amb pastanaga, porro i ceba
- Fruita de temporada

20

DIJOUS

- Saltat de col, carbassó i pastanaga
- Mandonguilles de pollastre amb tomàquet i ceba
- Fruita de temporada

21

DIVENDRES

DINAR DE FI DE CURS

24

DILLUNS

25

DIMARTS

26

DIMECRES

27

DIJOUS

28

DIVENDRES

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: antoniboteymenjador@gmail.com
 Administració: administracio@ambitescola.cat
 658 027 421
 Avisos i incidències:


àmbit escola
 projectes socio-educatius

**ELS ESSENCIALS
DEL MÉS**

Carbassó - julivert
 ceba tendra -
 porro- tomàquet-
 albercoc- síndria



Menús elaborats per:



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