

03

DILLUNS

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

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 del temps

05

DIMECRES

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

06

DIJOUS

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

07

DIVENDRES

- Crema de pastanaga i porro
- Contraçuixa de pollastre al forn amb ceba
- Fruita del temps

10

DILLUNS

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

11

DIMARTS

- Arròs amb pastanaga, tomàquet i porro
- Trita de patata amb enciam i ceba tendra
- Fruita del temps

12

DIMECRES

- Col rostida amb patates
- Bacallà amb amb cogombre i olives (4)
- Fruita del temps

13

DIJOUS

- Mongeta blanca amb all i julivert
- Carn de coll de porc amb ceba caramelitzada, enciam i tomàquet
- Fruita del temps

14

DIVENDRES

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

17

DILLUNS

- Arròs amb samfaina
- Contraçuixa 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 del temps

19

DIMECRES

- Bledes amb patates
- Llenties estofades amb pastanaga, porro i ceba
- Fruita del temps

20

DIJOUS

- Saltat de col, carbassó i pastanaga
- Mandonguilles amb tomàquet i ceba
- Fruita del temps

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 Anhídrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg o 10 ml/l expressat com a SO<sub>2</sub>. 13 Tramussos i productes a base de tramussos. 14 Mol·luscs i productes a base de mol·luscs.

Coordinació: [progresmenjador@gmail.com](mailto:progresmenjador@gmail.com)  
 Administració: [administracio@ambitescola.cat](mailto:administracio@ambitescola.cat)  
 652 768 051  
 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)