

03

DILLUNS

- Crema de verdures
- Truita de carbassó i ceba
- Fruita de temporada

04

DIMARTS

- PLAT ÚNIC
- Amanida de lleties amb arròs (tomàquet, alvocat, cogombre, olives, ceba tendra)
  - Fruita de temporada

05

DIMECRES

- Gaspatxo amb picat de verdures
- Bunyols de bacallà
- Fruita de temporada

06

DIJOUS

- Sopa minestrone
- Truita de patates amb pa amb tomàquet
- Fruita de temporada

07

DIVENDRES

- Hummus de cigrons amb bastons de pastanaga
- Assortit de formatges amb torrades
- Fruita de temporada

10

DILLUNS

- Amanida de tomàquet, ceba i olives
- Sardines a la planxa o al forn
- Fruita de temporada

11

DIMARTS

- Gaspatxo de maduixes
- Lasanya de verdures gratinada al forn
- Fruita de temporada

12

DIMECRES

- Crema de verdures
- Llibrets de llom arrebossats
- Fruita de temporada

13

DIJOUS

- Musclos al vapor
- Arròs amb verdures
- Fruita de temporada

14

DIVENDRES

- Amanida de tomàquet, pastanaga, formatge fresc i ceba tendra
- Pizza casolana de verdures
- Fruita de temporada

17

DILLUNS

- Saltejat de verdures amb bolets
- Truita de formatge amb pa amb tomàquet
- Fruita de temporada

18

DIMARTS

- Verdures cuites al forn amb pesto
- Croquetes al gust
- Fruita de temporada

19

DIMECRES

- Crema de vedures
- Peix blau a la planxa amb espàrrecs verds
- Fruita de temporada

20

DIJOUS

- PLAT ÚNIC
- Trinxat de patata, bledes, all i cigrons
  - Fruita de temporada

21

DIVENDRES

- Amanida freda de patata
- Pit de pollastre a la planxa
- Fruita de temporada

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)