



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



COL·LEGI ABAT - OLIBA SPÍNOLA BASAL INFANTIL

CENTENARI GAUDI
1926-2026 · DE L'ART A LA TAULA

endermar

menús
sostenibles

Maig

TRENCADÍS DE SABORS

Com Gaudí construeix amb colors, construeix el teu plat: maduixes dolces com somriures, cireres com cors vermells, albercocs daurats com pedres de sol. Menja de temporada i creix fort! L'estiu ja truca a la porta! Bon Profit!!

Hola, sóc CAROTÉ!
Cuscús, kefta i mans netes: bon àpat amb sabor al MARROC!

Bons Habits! Recull els teus estris i ajuda a netejar: entre tots cuidem el nostre espai!

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA I AIGUA

<p>4 Arròs integral amb salsa de tomàquet Croquetes de rostit amb verdures saltades (carbassó i pastanaga) Fruita del temps</p>	<p>5 Cigrons ECO estofats amb verdures (carbassa i pebrots) Trita francesa amb amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps i pa integral</p>	<p>6 Patates al gratén (beixamel i formatge) Lluç al forn amb amanida (enciam, olives i blat de moro) Fruita del temps i pa integral</p>	<p>7 Macarrons amb salsa de xampinyons Botifarra de porc a la planxa amb amanida (enciam, pastanaga i olives) logurt natural</p>	<p>8 (*) Crema de carbassó sense crostons Llenties amb sofregit d'hortalisses (tomàquet, ceba i pastanaga) Fruita del temps ECO</p>
<p>11 Sopa vegetal amb pasta Trita de patata amb amanida (enciam, cogombre i olives) Fruita del temps</p>	<p>12 (*) Puré de verdures sense crostons (carbassa i porros) (*) Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps i pa integral</p>	<p>13 Mongeta verda amb patata Llacets a la bolonyesa vegetal (salsa de tomàquet, ceba i soja texturitzada) Fruita del temps ECO</p>	<p>14 Amanida d'arròs (ou dur, pastanaga ratllada, olives i blat de moro) Salmó a l'alet amb xips Fruita del temps i pa integral</p>	<p>15 Mongetes blanques estofades amb pastanaga i carbassó Llom a la planxa amb amanida (enciam, olives i tomàquet) logurt natural</p>
<p>18 Bròquil amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa amb formatge i amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps i pa integral</p>	<p>19 Arròs amb tomàquet Amanida de Llenties (blat de moro, pastanaga ratllada i olives) Fruita del temps ECO</p>	<p>20 Crema de patata i carbassó Gall dindi guisat amb pèsols i xampinyons Fruita del temps i pa integral</p>	<p>21 Cigrons ECO estofats amb espinacs Trita francesa amb pernil dolç i amanida (enciam, tomàquet i olives) logurt natural</p>	<p>22 FESTIU</p>
<p>25 FESTIU</p>	<p>26 Arròs a la cassola (pebrots, pèsols i bolets) Trita de tonyina amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) Fruita del temps</p>	<p>27 Mongeta verda amb patata (*) Magra de porc al forn amb pastanaga Fruita del temps i pa integral</p>	<p>28 Llenties ECO estofades amb carbassó i quinoa Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, tomàquet i olives) logurt natural</p>	<p>29 Espaguetis integrals amb tomàquet Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam, blat de moro i olives) Fruita del temps i pa integral</p>

Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 3-8 anys: Primera setmana 570 kcal, HC 66g, Lip. 18g, Prot. 36g – Segona setmana 591 kcal, HC 69g, Lip. 18.5g, Prot. 37g – Tercera setmana 581 kcal, HC 68g, Lip. 18g, Prot. 36.7g – Quarta setmana 595 kcal, HC 68g, Lip. 19g, Prot. 38g. Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 9-13 anys: Primera setmana 738 kcal, HC 81g, Lip. 26g, Prot. 45g – Segona setmana 743 kcal, HC 78g, Lip. 27g, Prot. 47g – Tercera setmana 737 kcal, HC 79g, Lip. 26g, Prot. 46.7g – Quarta setmana 739 kcal, HC 77.8g, Lip. 28g, Prot. 43.9g.

Menús supervisats per
Dietista-Nutricionista
Col·legiada nºCAT002423



ELABORACIÓ CASOLANA