

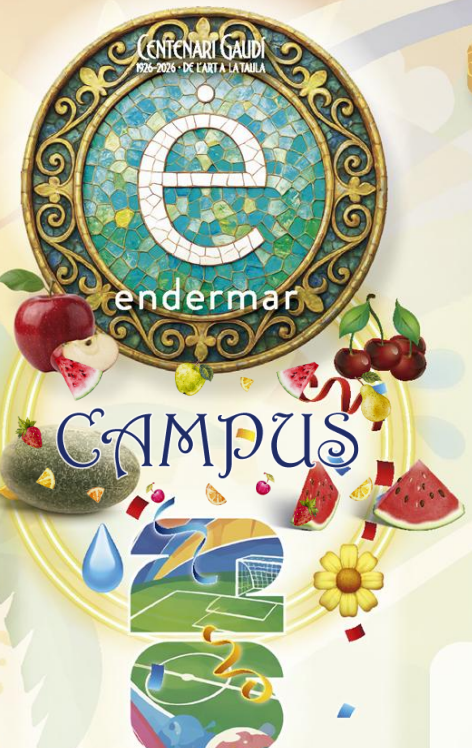
DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



**BASAL  
JUNY  
2026**

## COL·LEGI ABAT OLIBA SPÍNOLA SETMANA DEL 22 AL 26 DE JUNY

<p>22 Mongeta verda amb patata Salsitxes de porc a la planxa amb amanida (enciam, olives i blat de moro) Fruita del temps</p>	<p>23 Arròs amb tomàquet Truita francesa amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps</p>	<p>24 <b>FESTIU</b></p>	<p>25 Macarrons integrals a la carbonara (crema de llet, formatge i xampinyons) Lluç al forn amb amanida (enciam, cogombre i tomàquet) Fruita del temps</p>	<p>26 Mongetes blanques amb sofregit de pastanaga i carbassó Contra cuixa de pollastre amb patates al forn logurt natural</p>
---	--	-------------------------	---	---



**EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA I AIGUA**

Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 3-8 anys: Primera setmana 581 kcal, HC 56g, Lip. 15g, Prot. 31g.  
Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 9-13 anys: Primera setmana 708 kcal, HC 79g, Lip. 22g, Prot. 48g

Menús supervisats per Dietistes-Nutricionistes  
CAT002423, CAT001334



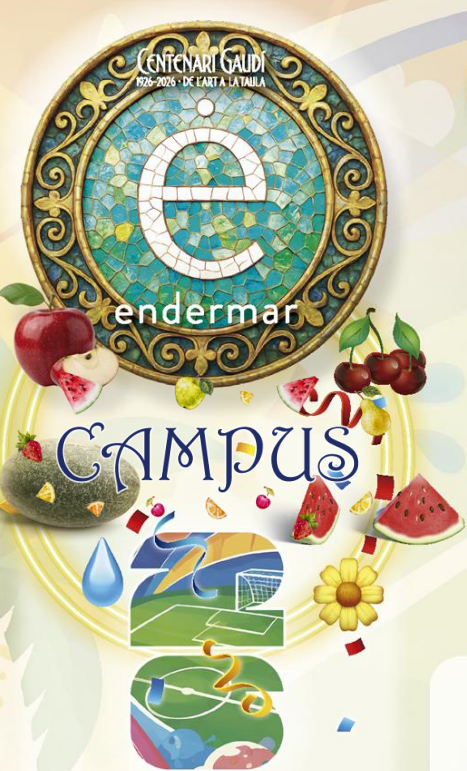
DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

20  
26

**BASAL**  
JUNY - JULIOL  
**2026**

## COL·LEGI ABAT OLIBA SPÍNOLA

### SETMANA DEL 29 DE JUNY AL 3 DE JULIOL

29

Amanida de pasta integral (pastanaga ratllada, olives, blat de moro i ou dur)  
Croquetes de pernil amb tomàquet i cogombre amanit  
Fruita del temps

30

Lenties estofades amb verdures (carbassó i pebrots)  
Trita de patata amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)  
Fruita del temps

01

Paella vegetal (pèsols, ceba i pebrots)  
Salmó a les fines herbes amb amanida (enciam, olives i blat de moro)  
Fruita del temps

02

Patates al gratén (beixamel i formatge)  
Contra cuixa de pollastre amb carbassó al forn  
Fruita del temps

03

Crema de verdures amb ou dur  
Llacets a la bolonyesa vegetal (salsa de tomàquet, ceba, pastanaga i soja texturitzada)  
Gelats

**menús sostenibles**

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA I  
AIGUA

Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 3-8 anys: Primera setmana 581 kcal, HC 56g, Lip. 15g, Prot. 31g.  
Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 9-13 anys: Primera setmana 708 kcal, HC 79g, Lip. 22g, Prot. 48g

Menús supervisats per  
Dietistes-Nutricionistes  
CAT002423, CAT001334



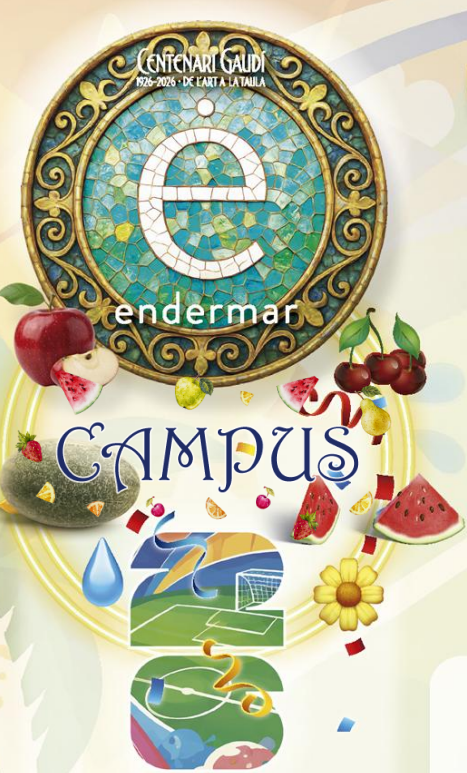
DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

20  
26

**BASAL  
JULIOL  
2026**

## COL·LEGI ABAT OLIBA SPÍNOLA SETMANA DEL 06 AL 10 DE JULIOL

06

Bròquil amb patata  
Hamburguesa mixta a la  
planxa amb timbal d'arròs  
Fruita del temps

07

Amanida andalusa (patata,  
tomàquet, tonyina i olives)  
Falafel de cigró amb  
amanida (enciam, pastanaga i  
blat de moro)  
Fruita del temps

08

Espirals integrals al pesto  
(oli, alfàbrega i formatge)  
Pernilets de pollastre al  
forn amb amanida (enciam,  
tomàquet i pastanaga)  
Fruita del temps

09

Mongetes blanques saltades  
amb ceba i pastanaga  
Truita de carbassó amb  
amanida (enciam i tomàquet)  
Fruita del temps

10

Amanida d'arròs (ou dur,  
pastanaga, blat de moro i olives)  
Fogoner amb samfaina  
(tomàquet, albergínia, ceba i  
pebrots)  
logurt natural



**EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA I  
AIGUA**

Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 3-8 anys: Primera setmana 581 kcal, HC 56g, Lip. 15g, Prot. 31g.  
Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 9-13 anys: Primera setmana 708 kcal, HC 79g, Lip. 22g, Prot. 48g

Menús supervisats per  
Dietistes-Nutricionistes  
CAT002423, CAT001334



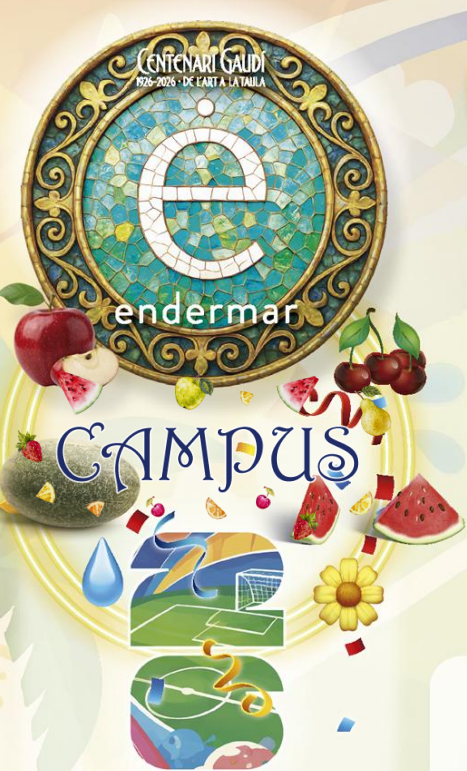
DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



**BASAL  
JULIOL  
2026**

## COL·LEGI ABAT OLIBA SPÍNOLA SETMANA DEL 13 AL 17 DE JULIOL

**13** Empedrat de lleties (tonyina, tomàquet, pebrot i olives)  
Mandonguilles mixtes guisades amb patates fregides  
Fruita del temps

**14** Arròs a la napolitana (tomàquet i alfàbrega)  
Truita francesa amb formatge i amanida (enciam, blat de moro i olives)  
Fruita del temps

**15** Mongeta verda amb patata  
Daus de gall dindi a la jardinera (pastanaga i pèsols)  
Fruita del temps

**16** Amanida tropical de pasta integral (olives, blat de moro, pastanaga ratllada i pinya)  
Lluç arrebossat amb enciam, tomàquet i cogombre amanit  
Fruita del temps

**17** Vichyssoise amb crostons  
Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives)  
Gelat



**EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA I  
AIGUA**

Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 3-8 anys: Primera setmana 581 kcal, HC 56g, Lip. 15g, Prot. 31g.  
Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 9-13 anys: Primera setmana 708 kcal, HC 79g, Lip. 22g, Prot. 48g

Menús supervisats per  
Dietistes-Nutricionistes  
CAT002423, CAT001334



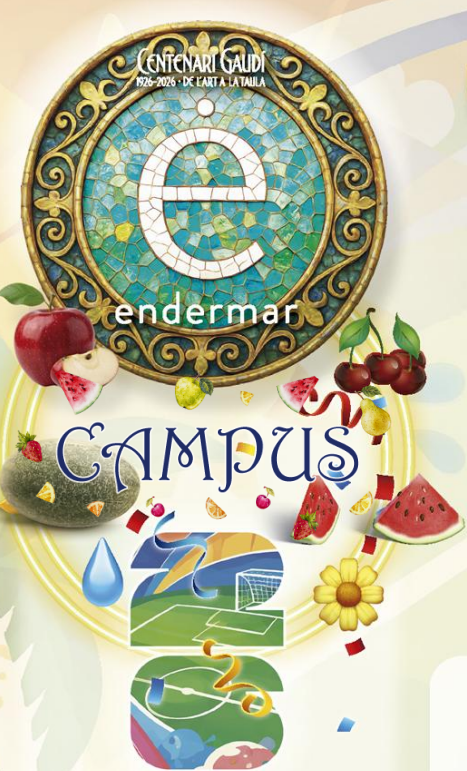
DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

20  
26

**BASAL  
JULIOL  
2026**

## COL·LEGI ABAT OLIBA SPÍNOLA SETMANA DEL 20 AL 24 DE JULIOL

20

Amanida russa (patata, mongeta verda, pastanaga, pèsols, tonyina i maionesa)  
Nuggets de pollastre amb amanida (enciam, cogombre i tomàquet)  
Fruita del temps

21

Cigrons guisats amb carbassa i porros  
Cap de llom al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives)  
Fruita del temps

22

Arròs 3 delícies (pèsols, pastanaga, blat de moro i salsa de soja)  
Rap a la marinera  
Fruita del temps

23

Espaguetis integrals amb tomàquet i formatge  
Truita francesa amb amanida (enciam, olives i blat de moro)  
Fruita del temps

24

Trinxat de verdures (col i patata)  
Llenties estofades amb arròs  
logurt natural



**EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA I  
AIGUA**

Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 3-8 anys: Primera setmana 581 kcal, HC 56g, Lip. 15g, Prot. 31g.  
Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 9-13 anys: Primera setmana 708 kcal, HC 79g, Lip. 22g, Prot. 48g

Menús supervisats per  
Dietistes-Nutricionistes  
CAT002423, CAT001334

