

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 FESTIU DIA DEL TREBALLADOR	2 ☞ Espirals (s/gluten) amb tomàquet i formatge (s/gluten) ☞ Salsitxes mixtes amb amanida d'enciam i olives ☞ Préssec en almívar Kcal:661 P:24g G:31g H.C:71g	3 ☞ Llescat de patata, tomàquet i ceba al forn ☞ Rodanxa de lluç fregit amb amanida d'enciam i blat de moro ☞ Fruita del temps Kcal:650 P:36g G:33g H.C:51g	4 ☞ Arròs tres delícies (pèsols, truita i pastanaga) ☞ Gall dindi al forn amb amanida d'enciam i tomàquet ☞ Fruita del temps Kcal:779 P:39g G:39g H.C:67g
7 ☞ Mongeta verda amb patata* ☞ Hamburguesa mixta (s/gluten) amb amanida d'enciam, tomàquet i cogombre ☞ Fruita del temps Kcal:624 P:23g G:39g H.C:46g	8 ☞ Arròs amb tomàquet ☞ Pollastre al forn amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro ☞ Poma Kcal:715 P:33g G:32g H.C:75g	9 ☞ Cigrons amb sofregit de tomàquet i ceba ☞ Truita a la francesa amb amanida d'enciam, tomàquet i olives ☞ Fruita del temps Kcal:613 P:21g G:32g H.C:53g	10 ☞ Crema de verdures de l'hort amb rostes (s/gluten) ☞ Rodó de gall dindi amb patates (s/gluten) ☞ Fruita del temps Kcal:683 P:36g G:30g H.C:67g	11 ☞ Espaguetis de St. Ponç (s/gluten amb tomàquet, orega i formatge s/gluten) ☞ Filet de lluç al forn amb herbes remeieres i amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga ☞ Quallada (s/gltn) amb melmelada de maduixa (s/gltn) Kcal:639 P:36g G:26g H.C:64g
14 ☞ Mongetes blanques estofades amb carbassó i carbassa ☞ Truita amb formatge (s/gluten) i amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro ☞ Fruita del temps Kcal:636 P:31g G:30g H.C:60g	15 ☞ Crema de porro amb rostes (s/gluten) ☞ Estofat de vedella amb patates fregides ☞ Fruita del temps Kcal:667 P:36g G:34g H.C:54g	16 ☞ Fideus a la cassola (s/gluten) ☞ Gall dindi al forn amb amanida d'enciam, tomàquet i cogombre ☞ Logurt Kcal:677 P:38g G:30g H.C:64g	17 ☞ Patates estofades amb verdures ☞ Bacallà al forn amb tomàquet ☞ Fruita del temps Kcal:671 P:24g G:32g H.C:73g	18 ☞ Arròs amb tomàquet i tonyina ☞ Solomillets casolans de pollastre arrebossats (s/gluten) amb amanida d'enciam, pastanaga i olives ☞ Fruita del temps Kcal:716 P:34g G:27g H.C: 83g
21 ☞ Minestra de verdures* ☞ Butifarra de pagès (s/gluten) amb amanida d'enciam, tomàquet i olives ☞ Fruita del temps Kcal:666 P:22g G:38g H.C:59g	22 ☞ Amanida d'arròs (s/gluten) ☞ Filet de lluç al forn amb tomàquet ☞ Fruita del temps Kcal:634 P:28g G:19g H.C:88g	23 ☞ Crema de verdures de l'hort amb rostes (s/gluten) ☞ Pernillets de pollastre a la llimona amb patates xips (s/gluten) ☞ Fruita del temps Kcal:705 P:33g G:38g H.C:56g	24 ☞ Macarrons a la carbonara (s/gluten) amb formatge (s/gltn) ☞ Truita de patata amb amanida d'enciam, tomàquet i olives ☞ Fruita del temps Kcal:671 P:25g G:30g H.C:76g	25 ☞ Llenties estofades amb verduretes ☞ Croquetes de pernil (s/gluten) amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro ☞ Logurt Kcal:681 P:37g G:25g H.C:77g
28 ☞ Tallarines (s/gluten) Napolitana (tomàquet, pastanaga i formatge s/gluten) ☞ Calamars a la romana (s/gluten) amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro ☞ Logurt Kcal:702 P:38g G:27g H.C:76g	29 ☞ Mongeta verda amb patata ☞ Pollastre rostit al forn amb tomàquet i ceba ☞ Fruita del temps Kcal:651 P:31g G:34g H.C:55g	30 ☞ Amanida de cigrons amb tomàquet i blat de moro ☞ Truita de carbassó amb enciam, pastanaga i olives ☞ Fruita del temps Kcal:610 P:21g G:28g H.C:68g	31 ☞ Arròs amb tomàquet ☞ Filet de fogaçero al forn amb amanida d'enciam i pastanaga ☞ Fruita del temps amb rajolí de xocolata (s/gluten) Kcal:638 P:22g G:20g H.C:92g	

Tots els àpats s'acompanyen de pa i aigua / L'oli utilitzat per amanir és oli d'oliva d'oliva i per cuinar oli de gira-sol alt oleic / Les fruites del temps són: pera, poma, plàtan, taronja, mandarina, meló, síndria, pruna, maduixes, préssec, nectarina... (segons la temporada) / El pa, les pastes, les farines i els postres làctics per cuinar i arrebossar són sense gluten, de la mateixa manera que els aliments processats (salsitxes, pernil dolç, brotxetes...) / Les salses seran d'elaboració pròpia / Tots els etiquetatges són revisats per tal d'assegurar-nos que no contenen gluten / Aquest menú s'elabora amb olis i recipients a part / L'escola es reserva el dret de canviar el menú per causes imprevistes del mercat / La informació nutricional correspon amb el menú basal.

* S'ofertirà maionesa. La utilitzada és comercial o elaborada a partir d'ou pasteuritzat.