

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

- Dia 1-

VACANCES

- Dia 2-

VACANCES

- Dia 5-

Macarrons integrals amb formatge

Lluç al forn
Enciam i pastanaga

Fruita

- Dia 6-

Mongeta tendra amb patata

Pollastre amb panses

Fruita

- Dia 7-

Cigrons amb verdures

Truita de tonyina
Cogombre i enciam

Fruita i pa integral

- Dia 8-

Arròs amb tomàquet

Bacalla amb ceba caramelitzada

Fruita

- Dia 9-

Amanida campera (olives,
pastanaga, patata, tomàquet i
vinagreta)

Pinxos de porc (cassola)

Gelat

- Dia 12-

Verdures saltejades
amb salsa de soja

Truita de formatge
Llesques de tomàquet i alfàbrega

Fruita

- Dia 13-

Mongestes seques (amb carabassa)

Lluça a la Llimona

Fruita

- Dia 14-

Patata i bròquil

Ales de pollastre al forn
Palets de pastanaga

Fruita i pa integral

- Dia 15-

Amanida Mediterrània (enciam,
olives, tomàquet)

Paella de verdures i indiot

logurt Natural

- Dia 16-

Pasta de colors amb oli d'orenga

Rap a la marinera

Fruita

- Dia 19-

Rissoto

Pollastre al forn
Enciam, poma i vinagreta (s/gluten)

Fruita

- Dia 20-

Espirals amb salsa de verdures

Magra de porc a les fines herbes

Fruita

- Dia 21-

Ratatouï del Puigventós

Lluç amb pastanaga i blat de moro

logurt natural , pa integral

- Dia 22-

Llenties estofades

Truita de gall dindi
Enciam i cogombre

Fruita

- Dia 23-

Verdures Tricolor

Fricandó

Fruita

- Dia 26-

Amanida de Llenties

Bacallà amb cítrics

Fruita

- Dia 27-

Arròs tres delícies

Truita de patata
Enciam i olives

logurt Natural

- Dia 28-

Llaços pipa- pesto

Daus de porc a la cassola
Enciam, poma i vinagreta

Fruita, pa integral

- Dia 29-

Crema de temporada

Rap al forn
Amanida de quinoa

Fruita

- Dia 30-

Musaka vegetal

Salsitxes de pollastre
Patates panadera

Fruita



NUTRICIONISTA:

Sabina Torrents Martin

Núm. Col·legiat: CAT001312

sabinanutricio@gmail.com

· La fruita i la verdura seran de proximitat i de temporada i majoritàriament ecològiques.
· Els llegums i la pasta seran ecològics.
· La carn de vedella o pollastre serà ecològica un cop al mes.
· El menú anirà acompanyat diàriament amb pa (blanc i integral) i aigua.

AMPA:

migdia@ampapuigventos.cat

644 397 128

www.ampapuigventos.cat