

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Maig

El que ens diferencia



Sabies què...?

ES IMPORTANT!! REPARTIR BÉ ELS ÀPATS AL LLARG DEL DIA. ENTRE 5 I 6 ÀPATS: primer esmorzar a casa, segon esmorzar a l'escola, dinar, berenar i sopar.

Tastet Mensual

AMANIDA DE MONGETES BLANQUES

Empty menu card for Monday.

Empty menu card for Tuesday.

Empty menu card for Wednesday.

2 AMANIDA DE TOMÀQUET, COGOMBRE, FORMATGE FRESC AMB VINAGRETA ARRÒS AMB VERDURES I SALSITXES DE POLLASTRE FRUITA

8 MONGETA TENDRA AMB PATATA VEDELLA AMB SAMFAINA I MONIATO IOGURT NATURAL

6 MACARRONS INTEGRALS AMB TOMÀQUET GALL AL FORN AMB CARABASSÓ I CEBA IOGURT NATURAL

7 LLENTIES AMB QUINOA TRUITA DE PERNIL DOLÇ BLAT DE MORO I COGOMBRE FRUITA

8 PATATES AMB BEIXAMEL FALAFEL AMB AMANIDA FRUITA

9 RISOTTÓ (XAMPINYONS I PARMESÀ) LLUÇ A LA LLIMONA COGOMBRE AMB ESPÀRRECS FRUITA

10 AMANIDA GREGA (TOMÀQUET, COGOMBRE, FORMATGE FETA, ORÈNGA MANDONGUILLES ESTOFADES (PÈSOL I PATATA) FRUITA

18 ARRÒS TRES DELÍCIES RAP A LA TARONJA ENCIAM TOMÀQUET FRUITA

14 TALLARINES (ECO) MILANESA POLLASTRE AMB FRUITA SECA FRUITA

15 PATATA, COLIFLOR I FORMATGE BACALLÀ AMB CEBA PASTANAGA I COGOMBRE FRUITA

16 AMANIDA DE MONGETES BLANQUES (TOMÀQUET, TONYINA, OLIVES NEGRES) TRUITA DE CARABASSÓ, CEBA I PATATES IOGURT NATURAL

17 "VICHISSUA" DE PORRO AMB CROSTONS LLOM AMB PATATA I POMA AL FORN FRUITA

20 FESTIU

21 AMANIDA (TOMÀQUET, COGOMBRE, OLIVES, ENCIAM I FORMATGE) FIDEUÀ DE VERDURES I GALL D'ÍNDI FRUITA

22 CIGRONS SALTEJATS AMB ESPINACS I PANSES TRUITA PIZZA ENCIAM AMB PASTANAGA FRUITA

28 ARRÒS AMB VERDURES CALAMARS A LA ROMANA COGOMBRE, TOMÀQUET FRUITA

24 AMANIDA DE PASTA (OLIVES, TOMÀQUET, PASTAGA RATLLADA, PASTA DE COLORS) LLOM AMB SALSINA TOMÀQUET GELAT

27 LLESQUES DE TOMÀQUET AMB BLAT DE MORO I ORÈNGA COSTELLA PORC AMB PATATA I PASTANAGA FRUITA

28 CREMA DE CARABASSÓ AMB LLAVERS MACARRONS BOLONYESA (POLLASTRE) FRUITA

29 ARRÒS AMB TOMÀQUET I OLI D'ORÈNGA LLUÇ A L'ANDALUSA ENCIAM I COGOMBRE FRUITA

80 AMANIDA RUSSA (PATATA, PASTANAGA, MONGETES, OLIVES, MAIONESA INDIOT FINES HERBES BLAT DE MORO I COGOMBRE FRUITA

81 LLENTIES ESTOFADES TRUITA DE PATATA ENCIAM I PASTANAGA IOGURT NATURAL



NUTRICIONISTA: Sabina Torrents Martín 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.

AFA: migdia@afapuigventos.cat Telegram: 644 397 128 www.afapuigventos.cat

AFA PUIGVENTÓS