




		1	2	3
		Cuinat de Llenties amb Verdures (1)		
		Llom adobat	Festiu	Festiu
		Patates rostides		
		Fruita de Temporada		
		Suggeriment de sopar:		
		Quesadilla s variades / Fruita		
6	7	8	9	10

## Vacances

13	14	15	16	17
Arròs integral saltat amb Verdures i Salsa de Soja (1,6) 	Nyoquis de Patata a les Herbes Provençals (herbes, olives negres, formatge) (1,6,7,10)	Sopa de Brou de Carn i Verdures amb fideví integral (1,3,6,10)	Ciurons cuinats amb Verdures	Crema de Verdures i Llenties (1)
Ous bullits (3)	Palometa enfarinada (1,4)	Cuixes de Pollastre rostides	Cap de Llom amb Salsa de Verdures	Orada amb Salsa de Pebres i Tomàtiga (4)
Ensalada Variada amb Formatge Gouda (7)	Tomàtiga trempada amb Olives	Ensalada Variada amb Poma	Patates rostides	Arròs Basmati
Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	logurt natural ensucrat (7)	Fruita Cítrica	Fruita de Temporada
Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Bullit de patata, verdures i ou / Fruita	Suggeriment de sopar: Verdures saltades i lluç a la planxa amb arròs / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada amb cuscús i ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Pizza casolana / Fruita
20	21	22	23	24
Espirals integrals a la Carbonara (1,3,6,7,10)	Cuinat de Llenties amb Verdures (1)	Arròs a la Marinera (2,4,14)	Crema de Carabassa	Ciurons amb Sofrit, Pebres i Tomàtiga
Hamburguesa d'Abadejo a la planxa (4)	Aletes de Pollastre al forn (Infantil: contra al forn)	Gall enfarinat casolà (1,4)	Aguiat de Vedella	 Ous romputs (3)
Ensalada Variada amb Pipes i Blat de les Índies (11)	Ensalada Variada amb Tonyina (4)	Ensalada Variada amb Tomatigó i Olives	Patata i Verdures (ceba, tomàtiga, pèsols, pastanagó)	Patates rostides
Fruita de Temporada	Fruita Cítrica	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada
Suggeriment de sopar: Arròs saltat amb verdures i ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Verdures al forn amb fruita seca i formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema de verdures i indiot amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i salmó amb cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pastis de verdures i formatge / Fruita
27	28	29	30	
Ensalada Variada amb Indiot i Crostons (1,3,3,6,7,8)	Crema d'Espinacs i Pastanaga	Arròs integral amb Salsa de Tomàtiga	Ciurons cuinats amb Verdures	
Canelons de Tonyina gratinats (1,2,3,4,6,7,14)	Pit de Pollastre amb arrebossat casolà (1,3)	 Fruita de Patata i ceba (3)	Hamburguesa de Vedella a la planxa (12)	
	Patató rostit	Ensalada variada amb Olives i Tonyina (4)	Ensalada variada amb Quínoa	
Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	logurt natural ensucrat (7)	Fruita Cítrica	
Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb pisto de verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada de cuscús i ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Lluç a la planxa amb patata, pebres i ceba / Fruita	Suggeriment de sopar: Coca de verdures i sardines / Fruita	

1. Gluten 2. Crustacis 3. Ou 4. Peix 5. Cacauet 6. Soja 7. Llet 8. Fruits secs 9. Apí 10. Mostassa 11. Sésam 12. Sulfit 13. Tramussos 14. Mol·luscos

**Article 4. Requisits i criteris per a la programació dels menús escolars i la freqüència de consum setmanal**

	Grups d'Aliments	Freqüència Setmanal	Menú	OBSERVACIONS
1	ARRÒS	1	0-1-1-1	Complex
2	Incloure integrals	Incloure	0-1-0-1	Complex
3	PASTA	1	0-1-1-1	Complex
4	Incloure integrals	Incloure	0-1-1-0	Complex
5	LLEGUMS	1 a 2 (Mínim 6 al mes)	1-2-2-1	Complex
6	HORTALISSES - PATATA	1 a 2	0-2-1-1	Complex
7	CARN	1 a 3	1-2-2-0	Complex
8	Prioritzar carn blanca	Prioritzar	0-1-1-1	Complex
9	Preparats càrnis	Màxim 4 al mes	1-0-0-1	Complex
10	OUS	1 a 2	0-1-1-1	Complex
11	PEIX	1 a 3 (Mínim 6 al mes)	0-2-2-0	Complex
12	dels quals, Blau	Alternar	0-1-0-0	Complex
13	ENSALADES	3 a 4	0-3-3-3	Complex
14	ALTRES	1 a 2	1-2-2-1	Complex
15	FRUITA FRESCA DE TEMPORADA	4 a 5	1-4-5-3	Complex
16	YOGUR (<12,3g de sucre/ 100ml)	0 a 1	0-1-0-1	Complex
17	OLI PER CUINAR	Oli d'Oliva o Oli de Girasol Alt Oleic		Complex
18	OLI PER TREMPAR	Oli d'Oliva Verge o Oli d'Oliva Verge Extra		Complex
19	FRITURES	Màxim 2 a la setmana	0-1-1-1	Complex
20	PRE CUINATS	Màxim 3 al mes	0-0-0-1	Complex

**Article 5. Informació dels menús a les famílies**

Les persones responsables dels centres educatius han de proporcionar a les famílies, persones que exerceixen la tutela o responsables dels comensals, incloent-hi les persones amb necessitats especials (intoleràncies, al·lèrgies alimentàries o altres malalties que així ho exigeixin), la programació mensual dels menús de la manera més clara i detallada possible i les han d'orientar amb menús adequats perquè el sopar sigui complementari amb el menú del migdia.

2 La informació sobre els menús ha de ser accessible a persones amb qualsevol tipus de diversitat funcional, quan així es requereixi.

Així mateix, s'ha de posar a disposició de les famílies, persones que exerceixin la tutela o responsables dels comensals la informació dels productes utilitzats per a l'elaboració dels menús que sigui exigible per les normes sobre etiquetatge de productes alimentaris i per les normes sobre la informació a les persones consumidores.

**Article 16. Vigilància i control**

4 La documentació justificativa de la **valoració de la programació del menú per part de personal qualificat amb formació acreditada en nutrició humana i dietètica.**

5 **L'existència de fitxes tècniques dels menús, amb la mesura dels ingredients que els integren (volum i pes).**

9 Les persones responsables de l'oferta alimentària dels centres educatius, dels centres sanitaris i de les dependències administratives sanitàries han de tenir a disposició de la Direcció General de Salut Pública i Participació l'etiquetatge nutricional dels aliments envasats i/o la documentació necessària per saber els continguts nutricionals i els tipus d'aliments que s'ofereixen en els bars, cantines, quioscs o màquines expenedores ubicats en els seus recintes.

11 Els centres educatius, a través del consell escolar, **poden constituir una comissió de menjador a fi de fer el seguiment i la valoració del servei de menjador**, de conformitat amb el contingut d'aquest Decret.



		1	2	3
		Cuinat de Llenties amb Verdures (1)		
		Llom adobat	<b>Festiu</b>	<b>Festiu</b>
		Patates rostides		
		Fruita de Temporada		
		Suggeriment de sopar: Wraps de salmó i verdures / Fruita		
6	7	8	9	10

## Vacances

13	14	15	16	17
Arròs integral saltat amb Verdures i Salsa de Soja (1,6)	Nyoquis de Patata a les Herbes Provençals (herbes, olives negres, formatge) (1,6,7,10)	Sopa de Brou de Carn i Verdures amb fideví integral (1,3,6,10)	Ciurons cuinats amb Verdures	Crema de Verdures i Llenties (1)
Ous bullits (3)	<b>Palometa a la planxa (4)</b>	Cuixes de Pollastre rostides	Cap de Llom amb Salsa de Verdures	Orada amb Salsa de Pebres i Tomàtiga (4)
<b>Ensalada Variada</b>	Tomàtiga trempada amb Olives	Ensalada Variada amb Poma	Patates rostides	Arròs Basmati
Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	logurt natural ensucrat (7)	Fruita Cítrica	Fruita de Temporada
Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Bullit de patata, verdures i ou / Fruita	Suggeriment de sopar: Verdures saltades i lluç a la planxa amb arròs / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada amb cuscús i ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Pizza casolana / Fruita
20	21	22	23	24
<b>Espirals integrals a la Napolitana (1,3,6,10)</b>	Cuinat de Llenties amb Verdures (1)	Arròs a la Marinera (2,4,14)	Crema de Carabassa	Ciurons amb Sofrit, Pebres i Tomàtiga
Hamburguesa d'Abadejo a la planxa (4)	Aletes de Pollastre al forn (Infantil: contra al forn)	<b>Gall a la planxa (4)</b>	Aguiat de Vedella	Ous romputs (3)
Ensalada Variada amb Pipes i Blat de les Índies (11)	Ensalada Variada amb Tonyina (4)	Ensalada Variada amb Tomatigó i Olives	Patata i Verdures (ceba, tomàtiga, pèsols, pastanagó)	Patates rostides
Fruita de Temporada	Fruita Cítrica	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada
Suggeriment de sopar: Arròs saltat amb verdures i ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Verdures al forn amb fruita seca i formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema de verdures i indiot amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i salmó amb cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pastis de verdures / Fruita
27	28	29	30	
<b>Ensalada Variada</b>	Crema d'Espinacs i Pastanaga	Arròs integral amb Salsa de Tomàtiga	Ciurons cuinats amb Verdures	
<b>Macarrons amb Salsa de Tonyina (1,3,4,6,10)</b>	<b>Pit de Pollastre a la planxa</b>	Truita de Patata i ceba (3)	<b>Pollastre a la planxa</b>	
Fruita de Temporada	Patató rostit	Ensalada variada amb Olives i Tonyina (4)	Ensalada variada amb Quínoa	
Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb pisto de verdures / Fruita	Fruita de Temporada	logurt natural ensucrat (7)	Fruita Cítrica	
	Suggeriment de sopar: Ensalada de cuscús i ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Lluç a la planxa amb patata, pebres i ceba / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i sardines amb pebre si patata/ Fruita	

1. Gluten 2. Crustacis 3. Ou 4. Peix 5. Cacauet 6. Soja 7. Llet 8. Fruits secs 9. Apí 10. Mostassa 11. Sésam 12. Sulfits 13. Tramussos 14. Mol·luscos

		1	2	3
		Cuinat de Llenties amb Verdures (1) Llom adobat amb Salsa de Verdures Pat Fruita de Temporada Suggesteriment de sopar: Quesadilla s variades / Fruita	Festiu	Festiu
6	7	8	9	10

## Vacances

13	14	15	16	17
Arròs integral saltat amb Verdures i Salsa de Soja (1,6) Ous bullits (3) Ensalada Variada amb Formatge Gouda (7) Fruita de Temporada Suggesteriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Nyuquis de Patata a les Herbes Provençals (herbes, olives negres, formatge) (1,6,7,10) Palometa enfarinada (1,4) Tomàtiga trempada amb Olives Fruita de Temporada Suggesteriment de sopar: Bullit de patata, verdures i ou / Fruita	Sopa de Brou de Carn i Verdures amb fideví integral (1,3,6,10) Cuixes de Pollastre rostides Ensalada Variada amb Poma logurt natural ensucrat (7) Suggesteriment de sopar: Verdures saltades i lluç a la planxa amb arròs / Fruita	Ciurons cuinats amb Verdures Cap de Llom amb Salsa de Verdures Patates rostides Fruita Cítrica Suggesteriment de sopar: Ensalada amb cuscús i ciurons / Fruita	Crema de Verdures i Llenties (1) Orada amb Salsa de Pebres i Tomàtiga (4) Arròs Basmati Fruita de Temporada Suggesteriment de sopar: Pizza casolana / Fruita
20	21	22	23	24
Espirals integrals a la Carbonara (1,3,6,7,10) Hamburguesa d'Abadejo a la planxa (4) Ensalada Variada amb Pipes i Blat de les Índies (11) Fruita de Temporada Suggesteriment de sopar: Arròs saltat amb verdures i ciurons / Fruita	Cuinat de Llenties amb Verdures (1) Aletes de Pollastre al forn (Infantil: contra al forn) Ensalada variada amb Tonyina (4) Fruita Cítrica Suggesteriment de sopar: Verdures al forn amb formatge / Fruita	Arròs a la Marinera (2,4,14) Gall enfarinat casolà (1,4) Ensalada Variada amb Tomatigó i Olives Fruita de Temporada Suggesteriment de sopar: Crema de verdures i indiot amb xampinyons / Fruita	Crema de Carabassa Aguiat de Vedella Patata i Verdures (ceba, tomàtiga, pèsols, pastanagó) Fruita de Temporada Suggesteriment de sopar: Ensalada variada i salmó amb cuscús / Fruita	Ciurons amb Sofrit, Pebres i Tomàtiga Ous romputs (3) Patates rostides Fruita de Temporada Suggesteriment de sopar: Ensalada i pastis de verdures i formatge / Fruita
27	28	29	30	
<b>Ensalada Variada</b> <b>Macarrons amb Salsa de Tonyina (1,3,4,6,10)</b> Fruita de Temporada Suggesteriment de sopar: Espirals de llegums amb pisto de verdures / Fruita	Crema d'Espinacs i Pastanaga Pit de Pollastre amb arrebossat casolà (1,3) Patató rostit Fruita de Temporada Suggesteriment de sopar: Ensalada de cuscús i ciurons / Fruita	Arròs integral amb Salsa de Tomàtiga Trita de Patata i ceba (3) Ensalada variada amb Olives i Tonyina (4) logurt natural ensucrat (7) Suggesteriment de sopar: Lluç a la planxa amb patata, pebres i ceba / Fruita	Ciurons cuinats amb Verdures Hamburguesa de Vedella a la planxa (12) Ensalada variada amb Quínoa Fruita Cítrica Suggesteriment de sopar: Coca de verdures i sardines / Fruita	

1. Gluten 2. Crustacis 3. Ou 4. Peix 5. Cacauet 6. Soja 7. Llet 8. Fruits secs 9. Apí 10. Mostassa 11. Sésam 12. Sulfits 13. Tramussos 14. Mol·luscos

		1	2	3
		<b>Puré de Verdures</b> Llom adobat amb Salsa de Verdures Pat Fruita de Temporada Suggestiment de sopar: Quesadilla s variades / Fruita	<b>Festiu</b>	<b>Festiu</b>
6	7	8	9	10

## Vacances

13	14	15	16	17
<b>Arròs integral saltat amb Verdures</b> Ous bullits (3) Ensalada Variada amb Formatge Gouda (7) Fruita de Temporada Suggestiment de sopar: Espirals amb verdures i pollastre / Fruita	Nyoquis de Patata a les Herbes Provençals (herbes, olives negres, formatge) (1,6,7,10) Palometa enfarinada (1,4) Tomàtiga trempada amb Olives Fruita de Temporada Suggestiment de sopar: Bullit de patata, verdures i ou / Fruita	Sopa de Brou de Carn i Verdures amb fideví integral (1,3,6,10) Cuixes de Pollastre rostides Ensalada Variada amb Poma logurt natural ensucrat (7) Suggestiment de sopar: Verdures saltades i lluç a la planxa amb arròs / Fruita	<b>Puré de Verdures</b> Cap de Llom amb Salsa de Verdures Patates rostides Fruita Cítrica Suggestiment de sopar: Ensalada amb cuscús i tonyina / Fruita	<b>Crema de Verdures</b> Orada amb Salsa de Pebres i Tomàtiga (4) Arròs Basmati Fruita de Temporada Suggestiment de sopar: Pizza casolana / Fruita
20	21	22	23	24
<b>Espirals integrals a la Napolitana (1,3,6,10)</b> Hamburguesa d'Abadejo a la planxa (4) Ensalada Variada amb Pipes i Blat de les Índies (11) Fruita de Temporada Suggestiment de sopar: Arròs saltat amb verdures i truita / Fruita	<b>Puré de Verdures</b> Aletes de Pollastre al forn (Infantil: contra al forn) Ensalada variada amb Tonyina (4) Fruita Cítrica Suggestiment de sopar: Verdures al forn amb formatge / Fruita	Arròs a la Marinera (2,4,14) Gall enfarinat casolà (1,4) Ensalada Variada amb Tomatigó i Olives Fruita de Temporada Suggestiment de sopar: Crema de verdures i indiòt amb xampinyons / Fruita	Crema de Carabassa Aguiat de Vedella Patata i Verdures (ceba, tomàtiga, pèsols, pastanagó) Fruita de Temporada Suggestiment de sopar: Ensalada variada i salmó amb cuscús / Fruita	<b>Arròs amb Sofrit, Pebres i Tomàtiga</b> Ous romputs (3) Patates rostides Fruita de Temporada Suggestiment de sopar: Ensalada i pastis de verdures i formatge / Fruita
27	28	29	30	
<b>Ensalada Variada</b> <b>Macarrons amb Salsa de Tonyina (1,3,4,6,10)</b> Fruita de Temporada Suggestiment de sopar: Espirals amb pisto de verdures i ou / Fruita	Crema d'Espinacs i Pastanaga Pit de Pollastre amb arrebossat casolà (1,3) Patató rostit Fruita de Temporada Suggestiment de sopar: Ensalada de cuscús i tonyina / Fruita	Arròs integral amb Salsa de Tomàtiga Truita de Patata i ceba (3) Ensalada variada amb Olives i Tonyina (4) logurt natural ensucrat (7) Suggestiment de sopar: Lluç a la planxa amb patata, pebres i ceba / Fruita	<b>Puré de Verdures</b> Hamburguesa de Vedella a la planxa (12) Ensalada variada amb Quínoa Fruita Cítrica Suggestiment de sopar: Coca de verdures i sardines / Fruita	
1. Gluten 2. Crustacis 3. Ou 4. Peix 5. Cacauet 6. Soja 7. Llet 8. Fruits secs 9. Apí 10. Mostassa 11. Sésam 12. Sulfits 13. Tramussos 14. Mol·luscos				

1	2	3
Puré de Verdures		
Llom adobat	Festiu	Festiu
Patates rostides		
Fruita de Temporada		
Suggeriment de sopar: Quesadilla s variades / Fruita		
6	7	8
9	10	

## Vacances

13	14	15	16	17
<b>Arròs integral saltat amb Verdures</b>	Pasta especial sense gluten a les Herbes Provençals (herbes, olives negres, formatge) (7)	Sopa de Brou de Carn i Verdures amb <b>pasta especial sense gluten</b>	Ciurons cuinats amb Verdures	<b>Crema de Verdures</b>
Ous bullits (3)	<b>Palometa a la planxa (4)</b>	Cuixes de Pollastre rostides	Cap de Llom amb Salsa de Verdures	Orada amb Salsa de Pebres i Tomàtiga (4)
Ensalada Variada amb Formatge Gouda (7)	Tomàtiga trempada amb Olives	Ensalada Variada amb Poma	Patates rostides	Arròs Basmati
Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	logurt natural ensucrat (7)	Fruita Cítrica	Fruita de Temporada
Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Bullit de patata, verdures i ou / Fruita	Suggeriment de sopar: Verdures saltades i lluç a la planxa amb arròs / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada amb quínoa i ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Pizza casolana / Fruita
20	21	22	23	24
<b>Pasta especial sense gluten a la Carbonara</b>	<b>Puré de Verdures</b>	Arròs a la Marinera (2,4,14)	Crema de Carabassa	Ciurons amb Sofrit, Pebres i Tomàtiga
Hamburguesa d'Abadejo a la planxa (4)	Aletes de Pollastre al forn (Infantil: contra al forn)	<b>Gall a la planxa (4)</b>	Aguiat de Vedella	Ous romputs (3)
Ensalada Variada amb Pipes i Blat de les Índies (11)	Ensalada Variada amb Tonyina (4)	Ensalada Variada amb Tomatigó i Olives	Patata i Verdures (ceba, tomàtiga, pèsols, pastanagó)	Patates rostides
Fruita de Temporada	Fruita Cítrica	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada
Suggeriment de sopar: Arròs saltat amb verdures i ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Verdures al forn amb fruita seca i formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema de verdures i indiots amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i salmó amb quínoa / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pastis de verdures i formatge / Fruita
27	28	29	30	
<b>Ensalada Variada</b>	Crema d'Espinacs i Pastanaga	Arròs integral amb Salsa de Tomàtiga	Ciurons cuinats amb Verdures	
<b>Pasta especial sense gluten amb Salsa de Tonyina (4)</b>	<b>Pit de Pollastre a la planxa</b>	Truita de Patata i ceba (3)	Hamburguesa de Vedella a la planxa (12)	
	Patató rostit	Ensalada variada amb Olives i Tonyina (4)	Ensalada variada amb Quínoa	
Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	logurt natural ensucrat (7)	Fruita Cítrica	
Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb pisto de verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada de blat sarraí / Fruita	Suggeriment de sopar: Lluç a la planxa amb patata, pebres i ceba / Fruita	Suggeriment de sopar: Coca de verdures i sardines / Fruita	

1. Gluten 2. Crustacis 3. Ou 4. Peix 5. Cacauet 6. Soja 7. Llet 8. Fruits secs 9. Apí 10. Mostassa 11. Sésam 12. Sulfit 13. Tramussos 14. Mol·luscos

1	2	3
Cuinat de Llenties amb Verdures (1)		
Llom adobat	<b>Festiu</b>	<b>Festiu</b>
Patates rostides		
Fruita de Temporada		
Suggeriment de sopar: Quesadilla s variades / Fruita		
6	7	8

## Vacances

13	14	15	16	17
Arròs integral saltat amb Verdures i Salsa de Soja (1,6)	Nyoquis de Patata a les Herbes Provençals (herbes, olives negres, formatge) (1,6,7,10)	<b>Sopa de Brou de Carn i Verdures amb pasta especial sense ou</b>	Ciurons cuinats amb Verdures	Crema de Verdures i Llenties (1)
<b>Pollastre a la planxa</b>	<b>Palometa a la planxa (4)</b>	Cuixes de Pollastre rostides	Cap de Llom amb Salsa de Verdures	Orada amb Salsa de Pebres i Tomàtiga (4)
Ensalada Variada amb Formatge Gouda (7)	Tomàtiga trempada amb Olives	Ensalada Variada amb Poma	Patates rostides	Arròs Basmati
Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	logurt natural ensucrat (7)	Fruita Cítrica	Fruita de Temporada
Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Bullit de patata, verdures i tonyina / Fruita	Suggeriment de sopar: Verdures saltades i lluç a la planxa amb arròs / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada amb cuscús i ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Pizza casolana / Fruita
20	21	22	23	24
<b>Pasta especial sense ou a la Carbonara</b>	Cuinat de Llenties amb Verdures (1)	Arròs a la Marinera (2,4,14)	Crema de Carabassa	Ciurons amb Sofrit, Pebres i Tomàtiga
Hamburguesa d'Abadejo a la planxa (4)	Aletes de Pollastre al forn (Infantil: contra al forn)	<b>Gall a la planxa (4)</b>	Aguiat de Vedella	<b>Pollastre a la planxa</b>
Ensalada Variada amb Pipes i Blat de les Índies (11)	Ensalada Variada amb Tonyina (4)	Ensalada Variada amb Tomatigó i Olives	Patata i Verdures (ceba, tomàtiga, pèsols, pastanagó)	Patates rostides
Fruita de Temporada	Fruita Cítrica	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada
Suggeriment de sopar: Arròs saltat amb verdures i ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Verdures al forn amb fruita seca i formatge / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema de verdures i indiot amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i salmó amb cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pastis de verdures i formatge / Fruita
27	28	29	30	
<b>Ensalada Variada</b>	Crema d'Espinacs i Pastanaga	Arròs integral amb Salsa de Tomàtiga	Ciurons cuinats amb Verdures	
<b>Pasta especial amb Salsa de Tonyina (4)</b>	<b>Pit de Pollastre a la planxa</b>	<b>Indiot a la planxa</b>	Hamburguesa de Vedella a la planxa (12)	
Fruita de Temporada	Patató rostit	Ensalada variada amb Olives i Tonyina (4)	Ensalada variada amb Quínoa	
Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb pisto de verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada de cuscús i ciurons / Fruita	logurt natural ensucrat (7)	Fruita Cítrica	
		Suggeriment de sopar: Lluç a la planxa amb patata, pebres i ceba / Fruita	Suggeriment de sopar: Coca de verdures i sardines / Fruita	

1. Gluten 2. Crustacis 3. Ou 4. Peix 5. Cacauet 6. Soja 7. Llet 8. Fruits secs 9. Apí 10. Mostassa 11. Sésam 12. Sulfit 13. Tramussos 14. Mol·luscos

1	2	3
Cuinat de Llenties amb Verdures (1)		
Llom adobat	Festiu	Festiu
Patates rostides		
Fruita de Temporada		
Suggeriment de sopar: Quesadilla s variades / Fruita		
6	7	8
		9
		10

## Vacances

13	14	15	16	17
Arròs integral saltat amb Verdures i Salsa de Soja (1,6)	<b>Nyoquis de Patata a les Herbes Provençals (herbes, olives negres) (1,6,10)</b>	Sopa de Brou de Carn i Verdures amb fidevís integral (1,3,6,10)	Ciurons cuinats amb Verdures	Crema de Verdures i Llenties (1)
Ous bullits (3)	Palometa enfarinada (1,4)	Cuixes de Pollastre rostides	Cap de Llom amb Salsa de Verdures	Orada amb Salsa de Pebres i Tomàtiga (4)
Ensalada Variada amb Formatge Gouda (7)	Tomàtiga trempada amb Olives	Ensalada Variada amb Poma	Patates rostides	Arròs Basmati
Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	<b>Fruita de Temporada</b>	Fruita Cítrica	Fruita de Temporada
Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Bullit de patata, verdures i ou / Fruita	Suggeriment de sopar: Verdures saltades i lluç a la planxa amb arròs / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada amb cuscús i ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Pizza casolana / Fruita
20	21	22	23	24
<b>Espirals integrals a la Napolitana (1,3,6,10)</b>	Cuinat de Llenties amb Verdures (1)	Arròs a la Marinera (2,4,14)	Crema de Carabassa	Ciurons amb Sofrit, Pebres i Tomàtiga
Hamburguesa d'Abadejo a la planxa (4)	Aletes de Pollastre al forn (Infantil: contra al forn)	Gall enfarinat casolà (1,4)	Aguiat de Vedella	Ous romputs (3)
Ensalada Variada amb Pipes i Blat de les Índies (11)	Ensalada Variada amb Tonyina (4)	Ensalada Variada amb Tomatigó i Olives	Patata i Verdures (ceba, tomàtiga, pèsols, pastanagó)	Patates rostides
Fruita de Temporada	Fruita Cítrica	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada
Suggeriment de sopar: Arròs saltat amb verdures i ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Verdures al forn amb fruita seca / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema de verdures i indiot amb xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i salmó amb cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pastis de verdures i torrades de pa / Fruita
27	28	29	30	
<b>Ensalada Variada</b>	Crema d'Espinacs i Pastanaga	Arròs integral amb Salsa de Tomàtiga	Ciurons cuinats amb Verdures	
<b>Macarrons amb Salsa de Tonyina (1,3,4,6,10)</b>	Pit de Pollastre amb arrebossat casolà (1,3)	Truita de Patata i ceba (3)	Hamburguesa de Vedella a la planxa (12)	
	Patató rostit	Ensalada variada amb Olives i Tonyina (4)	Ensalada variada amb Quínoa	
Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	<b>Fruita de Temporada</b>	Fruita Cítrica	
Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb pisto de verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada de cuscús i ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Lluç a la planxa amb patata, pebres i ceba / Fruita	Suggeriment de sopar: Coca de verdures i sardines / Fruita	

1. Gluten 2. Crustacis 3. Ou 4. Peix 5. Cacauet 6. Soja 7. Llet 8. Fruits secs 9. Apí 10. Mostassa 11. Sésam 12. Sulfit 13. Tramussos 14. Mol·luscos