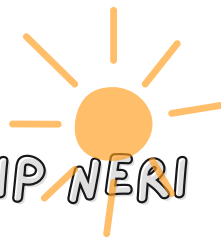


# JUNY 2025

## ESCOLA INSTITUT ESCOLA SANT FELIP NERI



**Grup Barnalleure**  
Serveis Integrals de Lleure

**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

2

Arròs 3 delícies

Salsitxes de pollastre amb salsa de tomàquet  
Fruita del temps

3

Amanida de llavors

Truita de patata amb enciam i pastanaga  
Fruita del temps

4

Vichyssoise

Pernilets de pollastre amb brots verd i olives  
Iogurt

5

Empedrat de mongetes seques

Porcions d'abadejo amb enciam i pastanaga  
Fruita del temps

6

Arròs amb verdures a l'estil mediterrani

Mandonguilles de vedella a la jardinera  
Fruita del temps

9

**FESTA**

10

Llenties cuinades amb verdures variades

Bunyols de bacallà amb enciam i olives  
Fruita del temps

11

Mongeta tendra amb patata i un raig d'oli d'oliva

Llom magra amb salseta de formatge  
Iogurt

12

Arròs 3 vegetals

Contracuixa de pollastre amb brots verds i pastanaga  
Fruita del temps

13

Mongeta seca amb sofregit de ceba de Figueres

Mar i muntanya: mandonguilles de vedella amb sèpia  
Fruita del temps

16

Arròs amb verdures a l'estil mediterrani

Croquetes de pollastre amb brots verds i pastanaga  
Fruita del temps

17

Pèsols amb patata

Truita de carbassó amb brots verds i olives  
Fruita del temps

18

Amanida de cigrons

Pernilets de pollastre amb brots verds i pastanaga  
Iogurt

19

Amanida d'espirlals

Porcions d'abadejo al forn amb brots verds i pastanaga  
Fruita del temps

20

Porcio de pizza

Nuggets de pollastre amb patates xips  
Pastís



### VACANCES D'ESTIU

Menús revisats per dietista-nutricionista col·legiada n°CAT001866. El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització.



Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen productes de màxima qualitat

Ens basem en les guies d'alimentació saludable de la Generalitat de Catalunya



Utilitzem l'oli d'oliva verge per amanir

**Divendres 20: Menú especial**

**FINAL DE CURS**

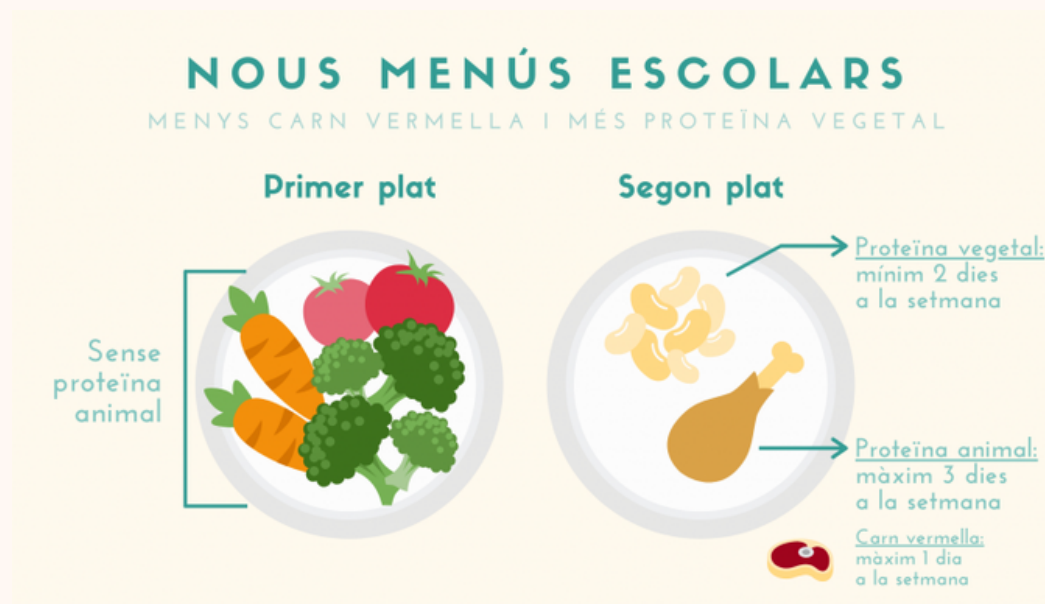


# PER QUÈ POTENCIEM EL CONSUM DE PROTEÏNA VEGETAL?

L'Organització Mundial de la Salut (OMS) recomana reduir el consum de **carn vermella i de carn processada** ja que el consum excessiu d'aquestes carns es relaciona amb un increment de risc de problemes de salut.

Els **llegums** destaquen tant pels nutrients beneficiosos que contenen (fibra, vitamines, minerals, antioxidants, proteïnes, hidrats de carboni), com pel fet de no aportar aquells nutrients que es recomana limitar (sal, greixos saturats i sucres).

És per aquest motiu que a Barnalleure introduïm els dies "proteïna vegetal" apostant per les llegums com a plat principal ja que aporten la mateixa quantitat de proteïna que la carn però sent **molt més beneficioses per la salut dels infants**.



# PROPOSTA DE SOPARS SALUDABLES



## VERDURES I FRUITES

Com més millor! Han de ser la meitat de la nostra alimentació diària. Hauriem de consumir 5 racions de verdura i fruita al dia, 3 de fruita i 2 de verdura

## CEREALS

Han de suposar 1/4 del nostre plat saludable, sempre hem de triar varietats integrals, com pa integral, pasta, arròs, cibada integral...

## PROTEÏNES

Molt importants pel bon creixement! Podem consumir proteïna animal com el peix, ous, carns magres i làctics; o proteïna vegetal, com els llegums, llavors o fruits secs. És important reduir el consum de carn vermella i processada

## Per beure? Aigua!

És la millor opció de beguda que podem fer. Hem d'evitar el consum de begudes ensucrades i sucres envasats

## EXEMPLES DEL PLAT SALUDABLE



## SI HEM DINAT...

Cereals(pasta, arròs...) \_\_\_\_\_  
Verdures \_\_\_\_\_  
Carn \_\_\_\_\_  
Peix \_\_\_\_\_  
Ous \_\_\_\_\_  
Fruita \_\_\_\_\_  
Làctics \_\_\_\_\_

## PODEM SOPAR...

Verdures cuites o crues, llegums  
Llegums o cereals i verdures  
Peix, ous, llegums  
Carns magres, ous o llegums  
Peix, carns magres o llegums  
Làctics no ensucrats  
Fruita



**MANTINGUEM-NOS ACTIUS!**



| DILLUNS                                                                                                                    | DIMARTS                                                                                                         | DIMECRES                                                                                                                 | DIJOUS                                                                                                      | DIVENDRES                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2<br><br>Arròs 3 delícies<br>Salsitxes de pollastre* amb salsa jardinera<br>Fruita del temps                               | 3<br><br>Amanida de llaços<br>Truita de patata amb enciam i pastanaga<br>Fruita del temps                       | 4<br><br>Vichyssoise<br>Pernilets de pollastre* amb brots verds i olives<br>Fruita del temps                             | 5<br><br>Empedrat de mongetes seques<br>Porcions d'abadejo amb enciam i pastanaga<br>Fruita del temps       | 6<br><br>Arròs amb verdures a l'estil mediterrani<br>Mandonguilles de vedella* amb tomàquet<br>Fruita del temps                   |
| 9<br><br>FESTA                                                                                                             | 10<br><br>Llenties cuinades amb verdures variades<br>Bunyols de bacallà amb enciam i olives<br>Fruita del temps | 11<br><br>Mongeta tendra amb patata i un raig d'oli d'oliva<br>Croquetes de pollastre* amb salseta de formatge<br>logurt | 12<br><br>Arròs 3 vegetals<br>Contracuixa de pollastre* amb brots verds i pastanaga<br>Fruita del temps     | 13<br><br>Mongeta seca amb sofregit de ceba de Figueres<br>Mar i muntanya: mandonguilles de vedella amb sèpia<br>Fruita del temps |
| 16<br><br>Arròs amb verdures a l'estil mediterrani<br>Croquetes de bacallà amb brots verds i pastanaga<br>Fruita del temps | 17<br><br>Verdura tricolor<br>Truita de carbassó amb brots verds i olives<br>Fruita del temps                   | 18<br><br>Paella d'arròs<br>Varetes de peix amb brots verds i pastanaga<br>Fruita del temps                              | 19<br><br>Amanida d'espirlals<br>Porcions d'abadejo al forn amb brots verds i pastanaga<br>Fruita del temps | 20<br><br>Porcio de pizza<br>Nuggets de pollastre* amb patates xips<br>Gelat                                                      |
| 23<br><br>Vacances Estiu                                                                                                   | 24<br><br>Vacances Estiu                                                                                        | 25<br><br>Vacances Estiu                                                                                                 | 26<br><br>Vacances Estiu                                                                                    | 27<br><br>Vacances Estiu                                                                                                          |
| 30<br><br>Vacances Estiu                                                                                                   |                                                                                                                 |                                                                                                                          |                                                                                                             |                                                                                                                                   |

| DILLUNS                                                                                                                            | DIMARTS                                                                                                      | DIMECRES                                                                                                          | DIJOUS                                                                                                                   | DIVENDRES                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2<br><br>Arròs 3 delícies<br>Salsitxes de pollastre amb salsa<br>jardinera<br>Fruita del temps                                     | 3<br><br>Amanida de pasta sense gluten<br>Truita de patata amb enciam i<br>pastanaga<br>Fruita del temps     | 4<br><br>Vichyssoise<br>Pernilets de pollastre amb brots<br>verds i olives<br>Fruita del temps                    | 5<br><br>Empedrat de mongetes seques<br>Porcions d'abadejo amb enciam<br>i pastanaga<br>Fruita del temps                 | 6<br><br>Arròs amb verdures a l'estil<br>mediterrani<br>Mandonguilles de vedella amb<br>tomàquet<br>Fruita del temps                    |
| 9<br><br>FESTA                                                                                                                     | 10<br><br>Llenties cuinades amb verdures<br>variades<br>Peix al forn amb enciam i olives<br>Fruita del temps | 11<br><br>Mongeta tendra amb patata i un<br>raig d'oli d'oliva<br>Llom magra amb salseta de<br>formatge<br>logurt | 12<br><br>Arròs 3 vegetals<br>Contracuixa de pollastre amb<br>brots verds i pastanaga<br>Fruita del temps                | 13<br><br>Mongeta seca amb sofregit de<br>ceba de Figueres<br>Mar i muntanya: mandonguilles<br>de vedella amb sèpia<br>Fruita del temps |
| 16<br><br>Arròs amb verdures a l'estil<br>mediterrani<br>Croquetes sense gluten amb<br>brots verds i pastanaga<br>Fruita del temps | 17<br><br>Pèsols amb patata<br>Truita de carbassó amb enciam i<br>olives<br>Fruita del temps                 | 18<br><br>Paella d'arròs<br>Varetes de peix amb brots verds<br>i pastanaga<br>Fruita del temps                    | 19<br><br>Amanida de pasta sense gluten<br>Porcions d'abadejo al forn amb<br>brots verds i pastanaga<br>Fruita del temps | 20<br><br>Porció de pizza sense gluten<br>Pollastre arrebossat sense<br>gluten amb patates xips<br>Gelat                                |
| 23<br><br>Vacances Estiu                                                                                                           | 24<br><br>Vacances Estiu                                                                                     | 25<br><br>Vacances Estiu                                                                                          | 26<br><br>Vacances Estiu                                                                                                 | 27<br><br>Vacances Estiu                                                                                                                |
| 30<br><br>Vacances Estiu                                                                                                           |                                                                                                              |                                                                                                                   |                                                                                                                          |                                                                                                                                         |

| DILLUNS                                                                                                                            | DIMARTS                                                                                                                | DIMECRES                                                                                                          | DIJOUS                                                                                                        | DIVENDRES                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2<br><br>Arròs 3 delícies<br>Salsitxes de pollastre amb salsa<br>jardinera<br>Fruita del temps                                     | 3<br><br>Amanida de llaços<br>Truita de patata amb enciam i<br>pastanaga<br>Fruita del temps                           | 4<br><br>Vichyssoise<br>Pernilets de pollastre amb brots<br>verds i olives<br>Fruita del temps                    | 5<br><br>Empedrat de mongetes seques<br>Porcions d'abadejo amb enciam<br>i pastanaga<br>Fruita del temps      | 6<br><br>Arròs amb verdures a l'estil<br>mediterrani<br>Mandonguilles de vedella amb<br>tomàquet<br>Fruita del temps                |
| 9<br><br><b>FESTA</b>                                                                                                              | 10<br><br>Llenties cuinades amb verdures<br>variades<br>Croqueta d'espínacs amb<br>enciam i olives<br>Fruita del temps | 11<br><br>Bròquil amb patata i un raig d'oli<br>d'oliva<br>Llom magra amb salseta de<br>formatge<br>logurt        | 12<br><br>Arròs 3 vegetals<br>Contracuixa de pollastre amb<br>brots verds i pastanaga<br>Fruita del temps     | 13<br><br>Mongetes amb sofregit de ceba<br>de Figueres<br>Mar i muntanya: mandonguilles<br>de vedella amb sèpia<br>Fruita del temps |
| 16<br><br>Arròs amb verdures a l'estil<br>mediterrani<br>Croquetes de pollastre amb<br>brots verds i pastanaga<br>Fruita del temps | 17<br><br>Pèsols amb patata<br>Truita de carbassó amb enciam i<br>olives<br>Fruita del temps                           | 18<br><br>Paella vegetal d'arròs<br>Hamburguesa de coliflor i<br>formatge amb enciam i olives<br>Fruita del temps | 19<br><br>Amanida d'espírels<br>Porcions d'abadejo al forn amb<br>brots verds i pastanaga<br>Fruita del temps | 20<br><br>Porcio de pizza<br>Nuggets de pollastre amb<br>patates xips<br>Gelat                                                      |
| 23<br><br>Vacances Estiu                                                                                                           | 24<br><br>Vacances Estiu                                                                                               | 25<br><br>Vacances Estiu                                                                                          | 26<br><br>Vacances Estiu                                                                                      | 27<br><br>Vacances Estiu                                                                                                            |
| 30<br><br>Vacances Estiu                                                                                                           |                                                                                                                        |                                                                                                                   |                                                                                                               |                                                                                                                                     |

| DILLUNS                                                                                                                    | DIMARTS                                                                                                    | DIMECRES                                                                                        | DIJOUS                                                                                        | DIVENDRES                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2<br><br>Arròs 3 delícies<br>Mongeta tendra amb patata<br>Fruita del temps                                                 | 3<br><br>Amanida de llavors (sense tonyina)<br>Truita de patata amb enciam i pastanaga<br>Fruita del temps | 4<br><br>Vichyssoise<br>Llenties amb sofregit de tomàquet i ceba<br>Fruita del temps            | 5<br><br>Empedrat de mongetes seques<br>Bròquil amb patata<br>Fruita del temps                | 6<br><br>Arròs amb verdures a l'estil mediterrani<br>Bledes amb patata<br>Fruita del temps       |
| 9<br><br>FESTA                                                                                                             | 10<br><br>Verdura tricolor<br>Llenties cuinades amb verdures variades<br>Fruita del temps                  | 11<br><br>Bròquil amb patata i un raig d'oli d'oliva<br>Croquetes d'espínacs<br>iogurt          | 12<br><br>Menestra de verdures<br>Arròs 3 vegetals<br>Fruita del temps                        | 13<br><br>Bledes amb patata<br>Mongeta seca amb sofregit de ceba de Figueres<br>Fruita del temps |
| 16<br><br>Arròs amb verdures a l'estil mediterrani<br>Croquetes d'espínacs amb brots verds i pastanaga<br>Fruita del temps | 17<br><br>Pèsols amb patata<br>Truita de carbassó amb enciam i olives<br>Fruita del temps                  | 18<br><br>Paella vegetal d'arròs<br>Hamburguesa de kale amb enciam i olives<br>Fruita del temps | 19<br><br>Amanida d'espírels (sense tonyina)<br>Mongeta tendra amb patata<br>Fruita del temps | 20<br><br>Porció de pizza vegetal<br>Hamburguesa de kale amb patates xips<br>Gelats              |
| 23<br><br>Vacances Estiu                                                                                                   | 24<br><br>Vacances Estiu                                                                                   | 25<br><br>Vacances Estiu                                                                        | 26<br><br>Vacances Estiu                                                                      | 27<br><br>Vacances Estiu                                                                         |
| 30<br><br>Vacances Estiu                                                                                                   |                                                                                                            |                                                                                                 |                                                                                               |                                                                                                  |

| DILLUNS                                                                                                                      | DIMARTS                                                                                                      | DIMECRES                                                                                                        | DIJOUS                                                                                                        | DIVENDRES                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2<br><br>Arròs 3 delícies<br>Salsitxes de pollastre amb salsa<br>jardinera<br>Fruita del temps                               | 3<br><br>Amanida de llaços<br>Truita de patata amb enciam i<br>pastanaga<br>Fruita del temps                 | 4<br><br>Crema de porro<br>Pernilets de pollastre amb brots<br>verds i olives<br>logurt sense lactosa           | 5<br><br>Empedrat de mongetes seques<br>Porcions d'abadejo amb enciam<br>i pastanaga<br>Fruita del temps      | 6<br><br>Arròs amb verdures a l'estil<br>mediterrani<br>Mandonguilles de vedella amb<br>tomàquet<br>Fruita del temps                    |
| 9<br><br>FESTA                                                                                                               | 10<br><br>Llenties cuinades amb verdures<br>variades<br>Peix al forn amb enciam i olives<br>Fruita del temps | 11<br><br>Mongeta tendra amb patata i un<br>raig d'oli d'oliva<br>Llom magra amb enciam<br>logurt sense lactosa | 12<br><br>Arròs 3 vegetals<br>Contracuixa de pollastre amb<br>brots verds i pastanaga<br>Fruita del temps     | 13<br><br>Mongeta seca amb sofregit de<br>ceba de Figueres<br>Mar i muntanya: mandonguilles<br>de vedella amb sèpia<br>Fruita del temps |
| 16<br><br>Arròs amb verdures a l'estil<br>mediterrani<br>Pit de pollastre amb brots verds i<br>pastanaga<br>Fruita del temps | 17<br><br>Pèsols amb patata<br>Truita de carbassó amb enciam i<br>olives<br>Fruita del temps                 | 18<br><br>Paella d'arròs<br>Peix al forn amb brots verds i<br>pastanaga<br>logurt sense lactosa                 | 19<br><br>Amanida d'espírels<br>Porcions d'abadejo al forn amb<br>brots verds i pastanaga<br>Fruita del temps | 20<br><br>Porció de pizza sense lactosa<br>Pollastre arrebossat amb<br>patates xips<br>Gelat sense lactosa                              |
| 23<br><br>Vacances Estiu                                                                                                     | 24<br><br>Vacances Estiu                                                                                     | 25<br><br>Vacances Estiu                                                                                        | 26<br><br>Vacances Estiu                                                                                      | 27<br><br>Vacances Estiu                                                                                                                |
| 30<br><br>Vacances Estiu                                                                                                     |                                                                                                              |                                                                                                                 |                                                                                                               |                                                                                                                                         |

Menús revisats per dietista/nutricionista col·legiada núm.CAT002380.El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització

| DILLUNS                                                                                                                    | DIMARTS                                                                                                         | DIMECRES                                                                                          | DIJOUS                                                                                                          | DIVENDRES                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2<br><br>Arròs 3 delícies<br>Bunyols de bacallà amb amanida<br>Fruita del temps                                            | 3<br><br>Amanida de llaços<br>Truita de patata amb enciam i pastanaga<br>Fruita del temps                       | 4<br><br>Vichyssoise<br>Lluç arrebossat amb brots verds i olives<br>Fruita del temps              | 5<br><br>Empedrat de mongetes seques<br>Porcions d'abadejo amb enciam i pastanaga<br>Fruita del temps           | 6<br><br>Arròs amb verdures a l'estil mediterrani<br>Mandonguilles de peix amb tomàquet<br>Fruita del temps |
| 9<br><br>FESTA                                                                                                             | 10<br><br>Llenties cuinades amb verdures variades<br>Bunyols de bacallà amb enciam i olives<br>Fruita del temps | 11<br><br>Bròquil amb patata i un raig d'oli d'oliva<br>Crquetes d'espínacs amb amanida<br>logurt | 12<br><br>Arròs 3 vegetals<br>Hamburguesa de coliflor i formatge amb enciam i brots de soja<br>Fruita del temps | 13<br><br>Mongetes amb sofregit de ceba de Figueres<br>Peix al forn<br>Fruita del temps                     |
| 16<br><br>Arròs amb verdures a l'estil mediterrani<br>Croquetes de bacallà amb brots verds i pastanaga<br>Fruita del temps | 17<br><br>Pèsols amb patata<br>Truita de carbassó amb enciam i olives<br>Fruita del temps                       | 18<br><br>Paella d'arròs<br>Varetes de peix amb patates xips<br>Fruita del temps                  | 19<br><br>Amanida d'espírels<br>Porcions d'abadejo al forn amb brots verds i pastanaga<br>Fruita del temps      | 20<br><br>Porció de pizza<br>Hamburguesa de coliflor i formatge amb enciam i olives<br>Gelat                |
| 23<br><br>Vacances Estiu                                                                                                   | 24<br><br>Vacances Estiu                                                                                        | 25<br><br>Vacances Estiu                                                                          | 26<br><br>Vacances Estiu                                                                                        | 27<br><br>Vacances Estiu                                                                                    |
| 30<br><br>Vacances Estiu                                                                                                   |                                                                                                                 |                                                                                                   |                                                                                                                 |                                                                                                             |

Menús revisats per dietista/nutricionista col·legiada núm.CAT002380.El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització

| DILLUNS                                                                                                                            | DIMARTS                                                                                                               | DIMECRES                                                                                                          | DIJOUS                                                                                                        | DIVENDRES                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2<br><br>Arròs 3 delícies<br>Salsitxes de pollastre amb salsa<br>jardinera<br>Fruita del temps                                     | 3<br><br>Amanida de llaços<br>Truita de patata amb enciam i<br>pastanaga<br>Fruita del temps                          | 4<br><br>Vichyssoise<br>Pernilets de pollastre amb brots<br>verds i olives<br>Fruita del temps                    | 5<br><br>Empedrat de mongetes seques<br>Porcions d'abadejo amb enciam<br>i pastanaga<br>Fruita del temps      | 6<br><br>Arròs amb verdures a l'estil<br>mediterrani<br>Mandonguilles de peix amb<br>tomàquet<br>Fruita del temps                       |
| 9<br><br><b>FESTA</b>                                                                                                              | 10<br><br>Llenties cuinades amb verdures<br>variades<br>Bunyols de bacallà amb enciam i<br>olives<br>Fruita del temps | 11<br><br>Mongeta tendra amb patata i un<br>raig d'oli d'oliva<br>Llom magra amb salseta de<br>formatge<br>logurt | 12<br><br>Arròs 3 vegetals<br>Contracuixa de pollastre amb<br>brots verds i pastanaga<br>Fruita del temps     | 13<br><br>Mongeta seca amb sofregit de<br>ceba de Figueres<br>Mar i muntanya: mandonguilles<br>de vedella amb sèpia<br>Fruita del temps |
| 16<br><br>Arròs amb verdures a l'estil<br>mediterrani<br>Croquetes de pollastre amb<br>brots verds i pastanaga<br>Fruita del temps | 17<br><br>Pèsols amb patata<br>Truita de carbassó amb enciam i<br>olives<br>Fruita del temps                          | 18<br><br>Paella d'arròs<br>Varetes de peix amb brots verds<br>i pastanaga<br>Fruita del temps                    | 19<br><br>Amanida d'espírels<br>Porcions d'abadejo al forn amb<br>brots verds i pastanaga<br>Fruita del temps | 20<br><br>Porcio de pizza<br>Nuggets de pollastre amb<br>patates xips<br>Gelat                                                          |
| 23<br><br>Vacances Estiu                                                                                                           | 24<br><br>Vacances Estiu                                                                                              | 25<br><br>Vacances Estiu                                                                                          | 26<br><br>Vacances Estiu                                                                                      | 27<br><br>Vacances Estiu                                                                                                                |
| 30<br><br>Vacances Estiu                                                                                                           |                                                                                                                       |                                                                                                                   |                                                                                                               |                                                                                                                                         |

| DILLUNS                                                                                                                                     | DIMARTS                                                                                                                        | DIMECRES                                                                                                            | DIJOUS                                                                                                                     | DIVENDRES                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>2</p> <p>Arròs 3 delícies</p> <p>Salsitxes de pollastre amb salsa jardinera</p> <p>Fruita del temps</p>                                  | <p>3</p> <p>Amanida de llaços</p> <p>Truita de patata amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita del temps</p>                       | <p>4</p> <p>Vichyssoise</p> <p>Pernilets de pollastre amb brots verds i olives</p> <p>Fruita del temps</p>          | <p>5</p> <p>Empedrat de mongetes seques</p> <p>Porcions d'abadejo amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita del temps</p>       | <p>6</p> <p>Arròs amb verdures a l'estil mediterrani</p> <p>Mandonguilles de vedella amb tomàquet</p> <p>Fruita del temps</p>                |
| <p>9</p> <p><b>FESTA</b></p>                                                                                                                | <p>10</p> <p>Llenties cuinades amb verdures variades</p> <p>Bunyols de bacallà amb enciam i olives</p> <p>Fruita del temps</p> | <p>11</p> <p>Bròquil amb patata i un raig d'oli d'oliva</p> <p>Llom magra amb salseta de formatge</p> <p>logurt</p> | <p>12</p> <p>Arròs 3 vegetals</p> <p>Contracuixa de pollastre amb brots verds i pastanaga</p> <p>Fruita del temps</p>      | <p>13</p> <p>Mongetes amb sofregit de ceba de Figueres</p> <p>Mar i muntanya: mandonguilles de vedella amb sèpia</p> <p>Fruita del temps</p> |
| <p>16</p> <p>Arròs amb verdures a l'estil mediterrani</p> <p>Croquetes de pollastre amb brots verds i pastanaga</p> <p>Fruita del temps</p> | <p>17</p> <p>Pèsols amb patata</p> <p>Truita de carbassó amb enciam i olives</p> <p>Fruita del temps</p>                       | <p>18</p> <p>Paella d'arròs</p> <p>Varetes de peix amb brots verds i pastanaga</p> <p>Fruita del temps</p>          | <p>19</p> <p>Amanida d'espirlals</p> <p>Porcions d'abadejo al forn amb brots verds i pastanaga</p> <p>Fruita del temps</p> | <p>20</p> <p>Porcio de pizza</p> <p>Nuggets de pollastre amb patates xips</p> <p>Gelat</p>                                                   |
| <p>23</p> <p><b>Vacances Estiu</b></p>                                                                                                      | <p>24</p> <p><b>Vacances Estiu</b></p>                                                                                         | <p>25</p> <p><b>Vacances Estiu</b></p>                                                                              | <p>26</p> <p><b>Vacances Estiu</b></p>                                                                                     | <p>27</p> <p><b>Vacances Estiu</b></p>                                                                                                       |
| <p>30</p> <p><b>Vacances Estiu</b></p>                                                                                                      |                                                                                                                                |                                                                                                                     |                                                                                                                            |                                                                                                                                              |