

| GENER | DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|--|--|--|---|---|---|
| <p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies, Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p> | <p>10 Macarrons amb salsa napolitana</p> <p>Hamburguesa de cigrons amb ceba caramel·litzada i enciam logurt ovella</p> | <p>11 Crema de verdures de temporada</p> <p>Bacallà amb salsa a la llauna i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>12 Coliflor i bròquil saltat amb oli d'all</p> <p>Fricandó de vedella amb patates fregides casolanes</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>13 Llenties estofades</p> <p>Remenat d'ou amb alls tendres i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>14 Arròs amb verdures de temporada</p> <p>Pollastre al forn amb pastanaga ratllada i sèsam</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| | <p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p> | <p>17 Cuscús saltat amb cúrcuma</p> <p>Estofat de gall dindi amb verdures i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>18 Bleda, patata i pastanaga amb alls tendres</p> <p>Cigrons guisats amb toc de comí</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>19 Amanida amb magrana, pipes torrades i vinagreta de taronja</p> <p>Fideus amb verdures i sèpia</p> <p>logurt ecològic</p> | <p>20 Arròs integral tres delícies</p> <p>Llom a la planxa amb quètxup casolà</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| <p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p> | <p>24</p> <p>Festa</p> | <p>25 Arròs integral amb api, porro i pastanaga</p> <p>Truita de patates i calçots amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>26 Sopa de peix amb fideus</p> <p>Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'all</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>27 Trinxat de col</p> <p>Estofat de mongetes amb verdures</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>28 Crema de verdures i moniato</p> <p>Pizza de vedella i formatge amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p> |
| <p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p> | | <p>31 Amanida amb poma, olives i vinagreta de mel</p> <p>Espirals amb bolonyesa vegetal</p> <p>Fruita de temporada</p> | | | |

| GENER | DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|--|--|--|---|--|--|
| <p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p> | <p>10 Sopa de ceba</p> <p>Creps de verdures i tofu amb amanida</p> <p>Fruita variada</p> | <p>11 Espàrrecs verds amb salsa "romesco"</p> <p>Gall dindi a la planxa amb moniato al forn</p> <p>Fruita variada</p> | <p>12 Arròs integral a la milanesa</p> <p>Sardines al forn amb llió de ceba i patata</p> <p>Fruita variada</p> | <p>13 Amanida de l'hort i formatge fresc</p> <p>Broquetes de conill, cebetes i tomàquets xerri</p> <p>Fruita variada</p> | <p>14 Mongetes seques amb espinacs</p> <p>Truita de bolets amb enciams i poma</p> <p>logurt natural</p> |
| | <p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p> | <p>17 Favetes saltats amb ceba</p> <p>Truita de verdures i calçots amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita variada</p> | <p>18 Sopa de pistons</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i brots de soja</p> <p>logurt natural</p> | <p>19 Hummus amb bastonets d'hortalisses</p> <p>Paninni 4 formatges</p> <p>Fruita variada</p> | <p>20 Verdures gratinades al forn</p> <p>Rap amb verdures a la papillota</p> <p>Fruita variada</p> |
| <p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p> | <p>24</p> <p>Festa</p> | <p>25 Albergínies farcides</p> <p>Verat al forn amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita variada</p> | <p>26 Crema de verdures i llegum</p> <p>Filet de porc a la planxa amb pebrot verd</p> <p>Fruita variada</p> | <p>27 Pasta integral amb oli d'oliva, all i gambetes</p> <p>Remenat de puntes d'espàrrecs amb amanida</p> <p>logurt natural</p> | <p>28 Sopa minestrone</p> <p>Croquetes variades amb enciam de colors i pipes</p> <p>Fruita variada</p> |
| <p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p> | | <p>31 Cuscús amb verdures</p> <p>Ous durs amb samfaina</p> <p>Fruita variada</p> | | | |

| GENER | DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|--|--|---|--|---|---|
| <p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p> | <p>10 Macarrons amb salsa napolitana</p> <p>Hamburguesa de cigrons amb ceba caramel·litzada i enciam logurt ovella</p> | <p>11 Crema de verdures de temporada</p> <p>Bacallà amb salsa a la llauna i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>12 Coliflor i bròquil saltat amb oli d'alls</p> <p>Fricandó de vedella amb patates fregides casolanes</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>13 Llenties estofades</p> <p>Remenat d'ou (ou ben cuit) i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>14 Arròs amb verdures de temporada</p> <p>Pollastre al forn amb pastanaga ratllada i sèsam</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| | <p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p> | <p>17 Cuscús saltat amb cúrcuma</p> <p>Estofat de gall dindi amb verdures i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>18 Bleda, patata i pastanaga amb alls tendres</p> <p>Cigrons guisats amb toc de comí</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>19 Amanida amb magrana, pipes torrades i vinagreta de taronja</p> <p>Fideus amb verdures i sèpia</p> <p>logurt ecològic</p> | <p>20 Arròs integral tres delícies (ou ben cuit)</p> <p>Llom a la planxa amb quètxup casolà</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| <p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p> | <p>24</p> <p>Festa</p> | <p>25 Arròs integral amb api, porro i pastanaga</p> <p>Truita de patata i calçots (ou ben cuit) amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>26 Sopa de peix amb fideus</p> <p>Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'alls</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>27 Trinxat de col</p> <p>Estofat de mongetes amb verdures</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>28 Crema de verdures i moniato</p> <p>Pizza de vedella i formatge amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p> |
| <p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p> | | <p>31 Amanida amb poma, olives i vinagreta de mel</p> <p>Espirals amb bolonyesa vegetal</p> <p>Fruita de temporada</p> | | | |

| GENER | DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|--|--|---|--|--|--|
| <p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p> | <p>10 Macarrons (s/ou) amb salsa napolitana</p> <p>Hamburguesa de cigrons amb ceba caramel., i enciam</p> <p>logurt ovella</p> | <p>11 Crema de verdures de temporada</p> <p>Bacallà amb salsa a la llauna i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>12 Coliflor i bròquil saltat amb oli d'alls</p> <p>Fricandó de vedella amb patates fregides casolanes</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>13 Llenties estofades</p> <p>Peix a la planxa i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>14 Arròs amb verdures de temporada</p> <p>Pollastre al forn amb pastanaga ratllada i sèsam</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| | <p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p> | <p>17 Cuscús (s/ou) saltat amb cúrcuma</p> <p>Estofat de gall dindi amb verdures i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>18 Bleda, patata i pastanaga amb alls tendres</p> <p>Cigrons guisats amb toc de comí</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>19 Amanida amb magrana, pipes torrades i vinagreta de taronja</p> <p>Fideus (s/ou) amb verdures i sèpia</p> <p>logurt ecològic</p> | <p>20 Arròs integral tres delícies (s/ou-al·lèrg.)</p> <p>Llom a la planxa amb quètxup casolà (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| <p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p> | <p>24</p> <p>Festa</p> | <p>25 Arròs integral amb api, porro i pastanaga</p> <p>Pit de pollastre a la planxa i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>26 Sopa de peix amb fideus (s/ou)</p> <p>Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'alls</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>27 Trinxat de col</p> <p>Estofat de mongetes amb verdures</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>28 Crema de verdures i moniato</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) de vedella amb amanida</p> <p>logurt ecològic</p> |
| <p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p> | | <p>31 Amanida amb poma, olives i vinagreta de mel</p> <p>Espirals (s/al·lèrg.) amb bolonyesa vegetal (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita de temporada</p> | | | |

| GENER | DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|--|--|---|--|--|---|
| <p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p> | <p>10 Macarrons amb salsa napolitana (s/form.)</p> <p>Hamburguesa de cigrons amb ceba caramel·litzada i enciam</p> <p>logurt natural (SOJASUN)</p> | <p>11 Crema de verdures de temporada</p> <p>Bacallà amb salsa a la llauna i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>12 Coliflor i bròquil saltat amb oli d'alls</p> <p>Fricandó de vedella amb patates fregides casolanes</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>13 Llenties estofades</p> <p>Remenat d'ou amb alls tendres i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>14 Arròs amb verdures de temporada</p> <p>Pollastre al forn amb pastanaga ratllada i sèsam</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| | <p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p> | <p>17 Cuscús saltat amb cúrcuma</p> <p>Estofat de gall dindi amb verdures i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>18 Bleda, patata i pastanaga amb alls tendres</p> <p>Cigrons guisats amb toc de comí</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>19 Amanida amb magrana, pipes torrades i vinagreta de taronja</p> <p>Fideus amb verdures i sèpia</p> <p>logurt natural (SOJASUN)</p> | <p>20 Arròs integral tres delícies (s/al·lèrg.)</p> <p>Llom a la planxa amb quètxup casolà</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| <p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p> | <p>24</p> <p>Festa</p> | <p>25 Arròs integral amb api, porro i pastanaga</p> <p>Truita de patata i calçots amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>26 Sopa de peix amb fideus</p> <p>Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'alls</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>27 Trinxat de col</p> <p>Estofat de mongetes amb verdures</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>28 Crema de verdures i moniato</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) de vedella (s/form.) i amanida del temps</p> <p>logurt natural (SOJASUN)</p> |
| <p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p> | | <p>31 Amanida amb poma, olives i vinagreta de mel</p> <p>Espirals amb bolonyesa vegetal (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita de temporada</p> | | | |

| GENER | DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|--|--|---|--|--|---|
| <p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies, Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p> | <p>10 Macarrons amb salsa napolitana</p> <p>Hamburguesa de cigrons amb ceba caramel·litzada i enciam logurt ovella</p> | <p>11 Crema de verdures de temporada</p> <p>Gall indi planxa amb salsa a la llauna i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>12 Coliflor i bròquil saltat amb oli d'alls</p> <p>Fricandó de vedella amb patates fregides casolanes</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>13 Llenties estofades</p> <p>Remenat d'ou amb alls tendres i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>14 Arròs amb verdures de temporada</p> <p>Pollastre al forn amb pastanaga ratllada i sèsam</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| | <p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p> | <p>17 Cuscús saltat amb cúrcuma</p> <p>Estofat de gall dindi amb verdures i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>18 Bleda, patata i pastanaga amb alls tendres</p> <p>Cigrons guisats amb toc de comí</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>19 Amanida amb magrana, pipes torrades i vinagreta de taronja</p> <p>Fideus amb verdures i llegum</p> <p>logurt ecològic</p> | <p>20 Arròs integral tres delícies</p> <p>Hamburguesa vegetal amb quètxup casolà</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| <p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p> | <p>24</p> <p>Festa</p> | <p>25 Arròs integral amb api, porro i pastanaga</p> <p>Truita de patata i calçots amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>26 Sopa de fideus (brou vegetal)</p> <p>Falafels al forn sobre llit de carbassó i oli d'alls</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>27 Trinxat de col</p> <p>Estofat de mongetes amb verdures</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>28 Crema de verdures i moniato</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) de vedella i formatge amb amanida</p> <p>logurt ecològic</p> |
| <p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p> | | <p>31 Amanida amb poma, olives i vinagreta de mel</p> <p>Espirals amb bolonyesa vegetal</p> <p>Fruita de temporada</p> | | | |

| GENER | DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|--|--|---|--|--|--|
| <p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p> | <p>10 Macarrons (s/ou) amb salsa napolitana</p> <p>Hamburguesa de cigrons amb ceba caramel., i enciam</p> <p>logurt ovella</p> | <p>11 Crema de verdures de temporada</p> <p>Bacallà amb salsa a la llauna i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada (no kiwi)</p> | <p>12 Coliflor i bròquil saltat amb oli d'alls</p> <p>Fricandó de vedella amb patates fregides casolanes</p> <p>Fruita de temporada (no kiwi)</p> | <p>13 Llenties estofades</p> <p>Peix a la planxa i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada (no kiwi)</p> | <p>14 Arròs amb verdures de temporada</p> <p>Pollastre al forn amb pastanaga ratllada (s/sèsam)</p> <p>Fruita de temporada (no kiwi)</p> |
| | <p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p> | <p>17 Cuscús (s/ou) saltat amb cúrcuma</p> <p>Estofat de gall dindi amb verdures i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada (no kiwi)</p> | <p>18 Bleda, patata i pastanaga amb alls tendres</p> <p>Cigrons guisats amb toc de comí</p> <p>Fruita de temporada (no kiwi)</p> | <p>19 Amanida amb magrana i vinagreta de taronja (s/pipes)</p> <p>Fideus (s/ou) amb verdures i sèpia</p> <p>logurt ecològic</p> | <p>20 Arròs integral tres delícies (s/ou-al·lèrg.)</p> <p>Llom a la planxa amb quètxup casolà (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita de temporada (no kiwi)</p> |
| <p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p> | <p>24</p> <p>Festa</p> | <p>25 Arròs integral amb api, porro i pastanaga</p> <p>Pit de pollastre a la planxa i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada (no kiwi)</p> | <p>26 Sopa de peix amb fideus (s/ou)</p> <p>Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'alls</p> <p>Fruita de temporada (no kiwi)</p> | <p>27 Trinxat de col</p> <p>Estofat de mongetes amb verdures</p> <p>Fruita de temporada (no kiwi)</p> | <p>28 Crema de verdures i moniato</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) de vedella amb amanida</p> <p>logurt ecològic</p> |
| <p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p> | | <p>31 Amanida de poma, olives i vinag. mel (s/al·lèrg.)</p> <p>Espirals (s/al·lèrg.) amb bolonyesa vegetal (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita de temporada (no kiwi)</p> | | | |

| GENER | DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|--|--|--|--|---|---|
| <p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p> | <p>10 Macarrons amb salsa napolitana</p> <p>Hamburguesa de cigrons amb ceba caramel·litzada i enciam logurt ovella</p> | <p>11 Crema de verdures de temporada</p> <p>Bacallà amb salsa a la llauna i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>12 Coliflor i bròquil saltat amb oli d'alls</p> <p>Fricandó de vedella amb patates fregides casolanes</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>13 Llenties estofades</p> <p>Remenat d'ou amb alls tendres (s/fs) i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>14 Arròs amb verdures de temporada</p> <p>Pollastre al forn amb pastanaga ratllada (s/sèsam)</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| | <p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p> | <p>17 Cuscús saltat amb cúrcuma</p> <p>Estofat de gall dindi amb verdures i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>18 Bleda, patata i pastanaga amb alls tendres</p> <p>Cigrons guisats amb toc de comí</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>19 Amanida amb magrana i vinagreta de taronja (s/pipes)</p> <p>Fideus amb verdures i sèpia</p> <p>logurt ecològic</p> | <p>20 Arròs integral tres delícies (s/al·lèrg.)</p> <p>Llom a la planxa amb quètxup casolà (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| <p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p> | <p>24</p> <p>Festa</p> | <p>25 Arròs integral amb api, porro i pastanaga</p> <p>Truita de patata i calçots amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>26 Sopa de peix amb fideus</p> <p>Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'alls</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>27 Trinxat de col</p> <p>Estofat de mongetes amb verdures</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>28 Crema de verdures i moniato</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) de vedella i formatge amb amanida</p> <p>logurt ecològic</p> |
| <p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p> | | <p>31 Amanida de poma, olives i vinag. mel (s/al·lèrg.)</p> <p>Espirals amb bolonyesa vegetal (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita de temporada</p> | | | |

| GENER | DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|--|---|--|--|--|---|
| <p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p> | <p>10 Macarrons (s/g) amb salsa napolitana</p> <p>Hamburguesa de cigrons (s/g) amb ceba i enciam</p> <p>logurt ovella</p> | <p>11 Crema de verdures de temporada</p> <p>Bacallà amb salsa a la llauna (s/g) i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>12 Coliflor i bròquil saltat amb oli d'alls</p> <p>Fricandó de vedella (s/g) amb patates fregides</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>13 Llenties (s/g) estofades</p> <p>Remenat d'ou amb alls tendres (s/g) i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>14 Arròs amb verdures de temporada</p> <p>Pollastre al forn amb pastanaga ratllada i sèsam (s/g)</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| | <p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p> | <p>17 Cuscús (s/g) saltat amb cúrcuma</p> <p>Estofat de gall dindi amb verdures (s/g) i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>18 Bleda, patata i pastanaga amb alls tendres</p> <p>Cigrons (s/g) guisats amb toc de comí</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>19 Amanida amb magrana, pipes (s/g) i vinagreta de taronja</p> <p>Fideus (s/g) amb verdures i sèpia</p> <p>logurt ecològic</p> | <p>20 Arròs integral tres delícies (s/al·lèrg.)</p> <p>Llom a la planxa amb quètxup casolà (s/g)</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| <p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p> | <p>24</p> <p>Festa</p> | <p>25 Arròs integral amb api, porro i pastanaga</p> <p>Truita de patata i calçots amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>26 Sopa de peix amb fideus (s/g)</p> <p>Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'alls (s/g)</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>27 Trinxat de col</p> <p>Estofat de mongetes (s/g) amb verdures</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>28 Crema de verdures i moniato</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) vedella i formatge amb amanida</p> <p>logurt ecològic</p> |
| <p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p> | | <p>31 Amanida amb poma, olives i vinagreta de mel (s/al·lèrg.)</p> <p>Espirals (s/g) amb bolonyesa de carn (s/g)</p> <p>Fruita de temporada</p> | | | |

| GENER | DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|--|--|---|--|---|--|
| <p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p> <p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p> <p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p> <p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p> | <p>10 Macarrons (s/g) amb tom.natural (s/form.)</p> <p>Hamburguesa mixta (s/g) amb enciam</p> <p>Iogurt sense lactosa</p> | <p>11 Crema de verdures tolerades</p> <p>Bacallà planxa (s/g) i amanida tolerada</p> <p>Fruita tolerada</p> | <p>12 Coliflor i bròquil saltat amb oli d'alls</p> <p>Vedella a la planxa amb patates fregides</p> <p>Fruita tolerada</p> | <p>13 Patates estofades</p> <p>Remenat d'ou i amanida tolerada</p> <p>Fruita tolerada</p> | <p>14 Arròs amb verdures permeses</p> <p>Pollastre al forn amb enciams variats</p> <p>Fruita tolerada</p> |
| | <p>17 Cuscús (s/g) saltat amb cúrcuma</p> <p>Gall dindi a la planxa i amanida tolerada</p> <p>Fruita tolerada</p> | <p>18 Bleda i patata bullida</p> <p>Carn magra a la planxa amb toc de comí</p> <p>Fruita tolerada</p> | <p>19 Amanida d'hortalisses tolerades</p> <p>Peix a la planxa amb verdures permeses</p> <p>Iogurt sense lactosa</p> | <p>20 Arròs integral amb truita, oli i orenga (s/al·lèrg.)</p> <p>Llom a la planxa amb amanida tolerada</p> <p>Fruita tolerada</p> | <p>21 Crema de verdures permeses</p> <p>Truita francesa amb amanida del temps</p> <p>Fruita tolerada</p> |
| <p>24</p> <p>Festa</p> | <p>25 Arròs integral amb verdures permeses</p> <p>Truita francesa amb amanida del temps</p> <p>Fruita tolerada</p> | <p>26 Sopa de peix amb fideus (s/g)</p> <p>Lluç al forn sobre llit de carbassó (s/ceba) (s/g)</p> <p>Fruita tolerada</p> | <p>27 Trinxat de col</p> <p>Carn magra a la planxa amb verdures permeses</p> <p>Fruita tolerada</p> | <p>28 Crema de verdures tolerades</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) vedella (s/form.) amb amanida</p> <p>Iogurt sense lactosa</p> | |
| | <p>31 Amanida d'hortalisses tolerades</p> <p>Espirals (s/g) amb bolonyesa de carn i tom. natural (s/g)</p> <p>Fruita tolerada</p> | | | | |

| GENER | DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|--|--|--|---|--|--|
| <p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p> | <p>10 Macarrons (90g pasta-2R) amb salsa napolitana</p> <p>Hamburguesa de cigrons (90g unitat - 1,5R) i enciam</p> <p>Fruita (2R - veure nota*)- PA (10gr-0,5R)</p> | <p>11 Crema de verdures (50g moniato-1R)</p> <p>Bacallà s.launa amb pat.caliu (100g.-2R) i enciam</p> <p>Fruita (2R - veure nota*)- PA (20gr-1R)</p> | <p>12 Coliflor i bròquil amb mongetes (50g pes cuit - 1R)</p> <p>Fricandó amb patates fregides (60g pat.fr.-2R)</p> <p>Fruita (2R - veure nota*)- PA (20gr-1R)</p> | <p>13 Llenties estofades (150g pes cuit-3R)</p> <p>Remenat d'ou amb alls tendres i amanida del temps</p> <p>Fruita (2R - veure nota*)- PA (20gr-1R)</p> | <p>14 Arròs amb verdures (112,5g arròs cuit-2,5R)</p> <p>Pollastre al forn amb pastanaga (75g pastga -0,5R)</p> <p>Fruita (2R - veure nota*)- PA (20gr-1R)</p> |
| | <p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p> | <p>17 Cuscús (135g cuit-3R) saltat amb cúrcuma</p> <p>Estofat de gall dindi i amanida del temps</p> <p>Fruita (2R - veure nota*)- PA (20gr-1R)</p> | <p>18 Bleda, patata i pastanaga (75g ptga.-0,5R i 50g pat.-1R)</p> <p>Cigrons guisats (100g pes cuit-2R)</p> <p>Fruita (2R - veure nota*)- PA (10gr-0,5R)</p> | <p>19 Amanida d'hortalisses i pipes torrades</p> <p>Fideus (135g cuits-3R) amb verdures i sèpia</p> <p>Fruita (2R - veure nota*)- PA (20gr-1R)</p> | <p>20 Arròs tres delícies (67,5g arr.cuit-1,5R i 75g pastga-0,5R) Llom amb pat.caliu (50g.-1R) quètxup (s/sucre)</p> <p>Fruita (2R - veure nota*)- PA (20gr-1R)</p> |
| <p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p> | <p>24</p> <p>Festa</p> | <p>25 Arròs, api, porro i pastga (67,5g arr.cuit-1,5R i 75g pastga-0,5R) Truita patata (50g pat.-1R) i calçots amb amanida</p> <p>Fruita (2R - veure nota*)- PA (20gr-1R)</p> | <p>26 Sopa de peix amb fideus (90g cuit-2R)</p> <p>Lluç al forn amb pat.caliu (50g.-1R) i amanida</p> <p>Fruita (2R - veure nota*)- PA (20gr-1R)</p> | <p>27 Trinxat de col (50g patata- 1R)</p> <p>Estofat de mongetes (100g -2R) amb verdures</p> <p>Fruita (2R - veure nota*)- PA (20gr-1R)</p> | <p>28 Crema de verdures i moniato (50g moniato-1R)</p> <p>Pizza de vedella (60g - 3R) amanida del temps</p> <p>Fruita (2R - veure nota*)</p> |
| <p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p> | | <p>31 Amanida poma (50g poma-0,5R) amb olives</p> <p>Espirals (112,5 g pasta-2,5R) bolonyesa vegetal</p> <p>Fruita (2R - veure nota*)- PA (20gr-1R)</p> | | | |

| GENER | DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|--|--|---|--|---|--|
| <p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies, Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p> | <p>10 Macarrons amb salsa napolitana</p> <p>Hamburguesa de cigrons amb ceba caramel·litzada i enciam logurt ovella</p> | <p>11 Crema de verdures de temporada</p> <p>Bacallà amb salsa a la llauna i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>12 Coliflor i bròquil saltat amb oli d'alls</p> <p>Fricandó de seità amb patates fregides casolanes</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>13 Llenties estofades</p> <p>Remenat d'ou amb alls tendres i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>14 Arròs amb verdures de temporada</p> <p>Peix al forn amb pastanaga ratllada i sèsam</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| | <p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p> | <p>17 Cuscús saltat amb cúrcuma</p> <p>Truita a la francesa amb verdures i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>18 Bleda, patata i pastanaga amb alls tendres</p> <p>Cigrons guisats amb toc de comí</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>19 Amanida amb magrana, pipes torrades i vinagreta de taronja</p> <p>Fideus amb verdures i sèpia</p> <p>logurt ecològic</p> | <p>20 Arròs integral tres delícies</p> <p>Hamburguesa vegetal amb quètxup casolà</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| <p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p> | <p>24</p> <p>Festa</p> | <p>25 Arròs integral amb api, porro i pastanaga</p> <p>Truita de patata i calçots amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>26 Sopa de peix amb fideus</p> <p>Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'alls</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>27 Trinxat de col</p> <p>Estofat de mongetes amb verdures</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>28 Crema de verdures i moniato</p> <p>Pizza de formatge amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p> |
| <p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p> | | <p>31 Amanida amb poma, olives i vinagreta de mel</p> <p>Espirals amb bolonyesa vegetal</p> <p>Fruita de temporada</p> | | | |

| GENER | DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|--|--|---|---|---|---|
| <p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p> | <p>10 Macarrons amb salsa napolitana</p> <p>Hamburguesa de cigrons amb ceba caramel·litzada i enciam logurt ovella</p> | <p>11 Crema de verdures de temporada</p> <p>Bacallà amb salsa a la llauna i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>12 Coliflor i bròquil saltat amb oli d'all</p> <p>Fricandó de vedella amb patates fregides casolanes</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>13 Llenties estofades</p> <p>Remenat d'ou amb alls tendres i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>14 Arròs amb verdures de temporada</p> <p>Pollastre al forn amb pastanaga ratllada i sèsam</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| | <p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p> | <p>17 Cuscús saltat amb cúrcuma</p> <p>Estofat de gall dindi amb verdures i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>18 Bleda, patata i pastanaga amb alls tendres</p> <p>Cigrons guisats amb toc de comí</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>19 Amanida amb magrana, pipes torrades i vinagreta de taronja</p> <p>Fideus amb verdures i sèpia</p> <p>logurt ecològic</p> | <p>20 Arròs integral tres delícies</p> <p>Llom a la planxa amb quètxup casolà</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| <p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p> | <p>24</p> <p>Festa</p> | <p>25 Arròs integral amb api, porro i pastanaga</p> <p>Truita de patata i calçots amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>26 Sopa de peix amb fideus</p> <p>Bacallà al forn sobre llit de carbassó i oli d'all</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>27 Trinxat de col</p> <p>Estofat de mongetes amb verdures</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>28 Crema de verdures i moniato</p> <p>Pizza de vedella i formatge amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p> |
| <p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p> | | <p>31 Amanida amb poma, olives i vinagreta de mel</p> <p>Espirals amb bolonyesa vegetal</p> <p>Fruita de temporada</p> | | | |

| GENER | DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|--|--|--|--|---|---|
| <p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p> | <p>10 Macarrons amb salsa napolitana</p> <p>Hamburguesa de cigrons amb ceba caramel., i enciam</p> <p>logurt ovella</p> | <p>11 Crema de verdures de temporada</p> <p>Bacallà amb salsa a la llauna i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>12 Coliflor i bròquil saltat amb oli d'alls</p> <p>Fricandó de vedella amb patates fregides casolanes</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>13 Llenties estofades</p> <p>Peix a la planxa i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>14 Amanida de l'hort amb llegum</p> <p>Arròs amb verdures de temporada</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| | <p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p> | <p>17 Cuscús saltat amb cúrcuma</p> <p>Vedella a la planxa amb verdures i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>18 Bleda, patata i pastanaga amb alls tendres</p> <p>Cigrons guisats amb toc de comí</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>19 Amanida amb magrana, pipes torrades i vinagreta de taronja</p> <p>Fideus amb verdures i sèpia</p> <p>logurt ecològic</p> | <p>20 Arròs integral tres delícies (s/al·lèrg.)</p> <p>Hamburguesa vegetal amb quètxup casolà</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| <p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p> | <p>24</p> <p>Festa</p> | <p>25 Crema de llegum i verdures</p> <p>Arròs integral amb api, porro i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>26 Sopa de peix amb fideus (s/ou)</p> <p>Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'alls</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>27 Trinxat de col</p> <p>Estofat de mongetes amb verdures</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>28 Crema de verdures i moniato</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) de vedella amb amanida</p> <p>logurt ecològic</p> |
| <p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p> | | <p>31 Amanida amb poma, olives i vinagreta de mel</p> <p>Espirals amb bolonyesa vegetal (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita de temporada</p> | | | |

| GENER | DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|--|--|---|---|---|---|
| <p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies, Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p> | <p>10 Macarrons amb salsa napolitana</p> <p>Hamburguesa de cigrons amb ceba caramel·litzada i enciam logurt ovella</p> | <p>11 Crema de verdures de temporada</p> <p>Bacallà amb salsa a la llauna i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>12 Coliflor i bròquil saltat amb oli d'all</p> <p>Fricandó de vedella amb patates fregides casolanes</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>13 Llenties estofades</p> <p>Remenat d'ou amb alls tendres i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>14 Arròs amb verdures de temporada</p> <p>Pollastre al forn amb pastanaga ratllada i sèsam</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| | <p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p> | <p>17 Cuscús saltat amb cúrcuma</p> <p>Estofat de gall dindi amb verdures i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>18 Bleda, patata i pastanaga amb alls tendres</p> <p>Cigrons guisats amb toc de comí</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>19 Amanida amb magrana, pipes torrades i vinagreta de taronja</p> <p>Fideus amb verdures i sèpia</p> <p>logurt ecològic</p> | <p>20 Arròs integral tres delícies</p> <p>Hamburguesa vegetal amb quètxup casolà</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| <p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p> | <p>24</p> <p>Festa</p> | <p>25 Arròs integral amb api, porro i pastanaga</p> <p>Truita de patata i calçots amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>26 Sopa de peix amb fideus</p> <p>Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'all</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>27 Trinxat de col</p> <p>Estofat de mongetes amb verdures</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>28 Crema de verdures i moniato</p> <p>Pizza de vedella i formatge amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p> |
| <p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p> | | <p>31 Amanida amb poma, olives i vinagreta de mel</p> <p>Espirals amb bolonyesa vegetal</p> <p>Fruita de temporada</p> | | | |