

JUNY	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>Un curs més, treballant plegats!!</i> El mes de juny ja és aquí. Un curs més que està a punt d'acabar. Al llarg d'aquests mesos, a través d'aquest espai lateral que acompanya el menú, hem compartit amb vosaltres diferents temes que tenen a veure amb la salut, la sostenibilitat, els menjadors escolars, l'atenció a la diversitat alimentària, la cuina tradicional i natural,... Tots ells deriven dels nostres eixos de treball. Conjuntament amb l'escola i les famílies, tenim l'oportunitat de contribuir a millorar el nostre entorn i vetllar per la salut comunitària. La feina que fem plegats, és molt engrescadora. Aprofitem aquesta finestra per acomiadar-nos de tots vosaltres i donar-vos les gràcies pel vostre suport. Agraïm també molt sincerament als nostres equips la cura que posen en atendre els vostres fills i filles. Ens veiem ben aviat. Moltes gràcies i bones vacances!!!! 			1 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Lluç al forn amb daus de tomàquet i orenga logurt ecològic	2 Empedrat de mongetes Truita de patata i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada	3 Verdura de temporada segons productors Pizza de vedella i formatge Fruita de temporada
	6 Festa	7 Arròs amb salsa de tomàquet Remenat d'alls tendres amb amanida del temps Fruita de temporada	8 Amanida d'espíral Cigrons estofats amb toc de comí Fruita de temporada	9 Verdura tricolor de temporada Pollastre arrebossat amb pastanaga ratllada i sèsam logurt ecològic	10 Crema de tèbia de carbassó Fideus amb verdures i sèpia Fruita de temporada
	13 Mongeta tendra i patata bullida Llenties amb arròs integral i verdures Fruita de temporada	14 Macarrons amb salsa de verdures Maire a l'andalusa i amanida del temps logurt d'ovella	15 Amanida d'arròs Botifarra a la planxa amb mongetes seques Fruita de temporada	16 Hummus de cigró amb torrades Truita de carbassó i ceba amb enciam Fruita de temporada	17 Amanida russa amb maionesa casolana Pollastre a la planxa amb tomàquet amanit Fruita de temporada
	20 Arròs tres delícies Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'alls Fruita de temporada	21 Amanida de cigrons amb oli d'orenga Truita paisana amb amanida del temps Fruita de temporada	22 FI DE CURS Espaguetis napolitana amb formatge Pollastre al forn amb patates xips Gelat		
			Bon Estiu		

JUNY	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>Un curs més, treballant plegats!!</i> El mes de juny ja és aquí. Un curs més que està a punt d'acabar. Al llarg d'aquests mesos, a través d'aquest espai lateral que acompanya el menú, hem compartit amb vosaltres diferents temes que tenen a veure amb la salut, la sostenibilitat, els menjadors escolars, l'atenció a la diversitat alimentària, la cuina tradicional i natural,... Tots ells deriven dels nostres eixos de treball. Conjuntament amb l'escola i les famílies, tenim l'oportunitat de contribuir a millorar el nostre entorn i vetllar per la salut comunitària. La feina que fem plegats, és molt engrescadora. Aprofitem aquesta finestra per acomiadar-nos de tots vosaltres i donar-vos les gràcies pel vostre suport. Agraïm també molt sincerament als nostres equips la cura que posen en atendre els vostres fills i filles. Ens veiem ben aviat. Moltes gràcies i bones vacances!!!!			1 Crema de cogombre Gall dindi arrebossat amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	2 Amanida de pasta Bacallà a la planxa amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada	3 Gaspaxo amb rostes Hummus de lleties amb hortalisses crues logurt natural
	6 Festa	7 Bledes amb patata bullida Pollastre a la llimona amb enciam i raves logurt natural	8 Graellada de verdures de temporada Lluç al forn amb amanida del temps Fruita de temporada	9 Quinoa amb verdures Truita d'albergínia amb tomàquet i alfàbrega Fruita de temporada	10 Amanida de l'hort Mongeta seca saltada amb all i julivert Fruita de temporada
	13 Amanida grega Carn rostida amb patates fregides Fruita de temporada	14 Minestra de verdures amb pèsols Ous durs al forn amb samfaina Fruita de temporada	15 Crema freda d'espàrrecs Albergínia farcida amb bolonyesa vegetal Fruita de temporada	16 Cuscús saltat amb verdures Sardines al forn amb enciam i cogombre logurt natural	17 Arròs al curri amb alls tendres Hamburguesa de llegum amb enciam de tres colors Fruita de temporada
	20 Crema de verdures amb crostons de pa Daus de tofu marinats amb sèsam i amanida logurt natural	21 Puré de patata Vedella a la planxa amb saltat de bolets Fruita de temporada	22 Bròquil gratinat Salmó al forn amb amanida del temps Macedònia de fruites de temporada		
			Bon Estiu		



JUNY

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

La salut es crea en el context de la vida quotidiana

Pensem fermament que la salut de les persones es crea en el context de la vida quotidiana.

Quan el Francesc Roca, allà per l'octubre de 1966, va començar a dissenyar els menús per a infants i joves de les escoles i per als equips de mestres i personal de gestió que es quedaven a dinar, es va centrar en el que pensava que més els podia agradar.

Hem continuat amb aquesta tradició incorporant tot el coneixement que la ciència ha aportat en l'àmbit alimentari, de salut i de sostenibilitat al llarg de les últimes dècades així com els canvis i novetats que publica, cíclicament, l'Agència de Salut Pública de Catalunya. Enguany la Guia passa a ser ja una Guia per a famílies i escoles.

El menú que presentem parteix del menú per a infants i joves i es completa amb una opció d'amanida d'entrant, una alternativa de primer que acostuma a ser verdura, un segon de planxa i unes postres consistents en fruita variada i iogurt.

Festa

6

7

1

Arròs integral amb porro, api i pastanaga
Lluç al forn amb daus de tomàquet i orenga
Iogurt ecològic

2

Empedrat de mongetes
Truita de patata i ceba amb amanida del temps
Fruita de temporada

3

Verdura de temporada segons productors
Pizza de vedella i formatge
Fruita de temporada

13

Mongeta tendra i patata bullida

Llenties amb arròs integral i verdures
Fruita de temporada

14

Macarrons amb salsa de verdures

Maire a l'andalusa i amanida del temps
Iogurt d'ovella

15

Amanida d'arròs

Botifarra a la planxa amb mongetes seques
Fruita de temporada

16

Hummus de cigró amb torrades

Truita de carbassó i ceba amb enciam
Fruita de temporada

17

Amanida russa amb maionesa casolana

Pollastre a la planxa amb tomàquet amanit
Fruita de temporada

20

Arròs tres delícies

Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'all
Fruita de temporada

21

Amanida de cigrons amb oli d'orenga

Truita paisana amb amanida del temps
Fruita de temporada

22

FI DE CURS

Espaguetis napolitana amb formatge
Pollastre al forn amb patates xips
Gelats

Bon Estiu

Sostenibilitat

Aquesta programació es pot veure alterada per evitar malbarataments

Pa blanc i pa integral

Guarnicions



Amanida variada i una altra guarnició

Fruita variada i iogurt



www.froca.cat

Registres sanitaris 26.02660/B
i 26.04609/CAT

Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra, per cuinar, fregir i amanir i sal iodada en l'elaboració dels aliments. Les carns picades estan elaborades expressament per a nosaltres, sense al·lèrgens ni conservants químics. Sempre podeu demanar pit de gall dindi, filet de lluç o bistec de vedella a la planxa.

Que vagi de gust!

JUNY	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>Un curs més, treballant plegats!!</i> El mes de juny ja és aquí. Un curs més que està a punt d'acabar. Al llarg d'aquests mesos, a través d'aquest espai lateral que acompanya el menú, hem compartit amb vosaltres diferents temes que tenen a veure amb la salut, la sostenibilitat, els menjadors escolars, l'atenció a la diversitat alimentària, la cuina tradicional i natural,... Tots ells deriven dels nostres eixos de treball. Conjuntament amb l'escola i les famílies, tenim l'oportunitat de contribuir a millorar el nostre entorn i vetllar per la salut comunitària. La feina que fem plegats, és molt engrescadora. Aprofitem aquesta finestra per acomiadar-nos de tots vosaltres i donar-vos les gràcies pel vostre suport. Agraïm també molt sincerament als nostres equips la cura que posen en atendre els vostres fills i filles. Ens veiem ben aviat. Moltes gràcies i bones vacances!!!! 			1 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Lluç al forn amb daus de tomàquet i orenga logurt ecològic	2 Empedrat de mongetes Truita de patata (ou ben cuit) amb amanida del temps Fruita de temporada	3 Verdura de temporada segons productors Pizza de vedella i formatge Fruita de temporada
	6 Festa	7 Arròs amb salsa de tomàquet Remenat d'alls (ou ben cuit) amb amanida Fruita de temporada	8 Amanida d'espíral Cigrons estofats amb toc de comí Fruita de temporada	9 Verdura tricolor de temporada Pollastre arrebossat amb pastanaga ratllada i sèsam logurt ecològic	10 Crema de tèbia de carbassó Fideus amb verdures i sèpia Fruita de temporada
	13 Mongeta tendra i patata bullida Llenties amb arròs integral i verdures Fruita de temporada	14 Macarrons amb salsa de verdures Maire a l'andalusa i amanida del temps logurt d'ovella	15 Amanida d'arròs Botifarra a la planxa amb mongetes seques Fruita de temporada	16 Hummus de cigró amb torrades Truita (ou ben cuit) de carbassó i ceba amb enciam Fruita de temporada	17 Amanida russa (s/maionesa) Pollastre a la planxa amb tomàquet amanit Fruita de temporada
	20 Arròs tres delícies Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'alls Fruita de temporada	21 Amanida de cigrons amb oli d'orenga Truita paisana (ou ben cuit) amb amanida Fruita de temporada	22 FI DE CURS Espaguetis napolitana amb formatge Pollastre al forn amb patates xips Gelat		
			Bon Estiu		

JUNY	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Un curs més, treballant plegats!! El mes de juny ja és aquí. Un curs més que està a punt d'acabar. Al llarg d'aquests mesos, a través d'aquest espai lateral que acompanya el menú, hem compartit amb vosaltres diferents temes que tenen a veure amb la salut, la sostenibilitat, els menjadors escolars, l'atenció a la diversitat alimentària, la cuina tradicional i natural,... Tots ells deriven dels nostres eixos de treball. Conjuntament amb l'escola i les famílies, tenim l'oportunitat de contribuir a millorar el nostre entorn i vetllar per la salut comunitària. La feina que fem plegats, és molt engrescadora. Aprofitem aquesta finestra per acomiadar-nos de tots vosaltres i donar-vos les gràcies pel vostre suport. Agraïm també molt sincerament als nostres equips la cura que posen en atendre els vostres fills i filles. Ens veiem ben aviat. Moltes gràcies i bones vacances!!!!			1 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Lluç al forn amb daus de tomàquet i orenga logurt ecològic	2 Empedrat de mongetes Gall dindi a la planxa amb amanida del temps Fruita de temporada	3 Verdura de temporada segons productors Pizza (s/al·lèrg.) de vedella (s/formatge) Fruita de temporada
6 Festa	7 Arròs amb salsa de tomàquet Gall dindi planxa amb amanida del temps Fruita de temporada	8 Amanida d'espivals (s/ou) Cigrons estofats amb toc de comí Fruita de temporada	9 Verdura tricolor de temporada Pollastre arrebossat (s/ou) pastanaga ratllada i sèsam logurt ecològic	10 Crema de tèbia de carbassó Fideus (s/ou) amb verdures i sèpia Fruita de temporada	
13 Mongeta tendra i patata bullida Llenties amb arròs integral i verdures Fruita de temporada	14 Macarrons (s/ou) amb salsa de verdures Maire a l'andalusa i amanida del temps logurt d'ovella	15 Amanida d'arròs Botifarra a la planxa amb mongetes seques Fruita de temporada	16 Hummus de cigró amb torrades (s/al·lèrg.) Gall dindi a la planxa amb enciam Fruita de temporada	17 Amanida russa (s/ou-maionesa) Pollastre a la planxa amb tomàquet amanit Fruita de temporada	
20 Arròs tres delícies de verdures Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'all Fruita de temporada	21 Amanida de l'hort Saltat de cigrons amb verdures Fruita de temporada	22 FI DE CURS Espaguetis (s/ou) napolitana amb formatge (s/ou) Pollastre al forn amb patates xips Gelat (s/al·lèrg.)			
		Bon Estiu			
ROCA since 1966 www.froca.cat		Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat. Oferim producte ecològic i pa integral. Les carns picades estan elaborades expressament per a nosaltres, sense al·lèrgens ni conservants químics. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir, i sal iodada en l'elaboració dels aliments. Els arrebossats són fets a partir de producte fresc. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.			

JUNY	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>Un curs més, treballant plegats!!</i> El mes de juny ja és aquí. Un curs més que està a punt d'acabar. Al llarg d'aquests mesos, a través d'aquest espai lateral que acompanya el menú, hem compartit amb vosaltres diferents temes que tenen a veure amb la salut, la sostenibilitat, els menjadors escolars, l'atenció a la diversitat alimentària, la cuina tradicional i natural,... Tots ells deriven dels nostres eixos de treball. Conjuntament amb l'escola i les famílies, tenim l'oportunitat de contribuir a millorar el nostre entorn i vetllar per la salut comunitària. La feina que fem plegats, és molt engrescadora. Aprofitem aquesta finestra per acomiadar-nos de tots vosaltres i donar-vos les gràcies pel vostre suport. Agraïm també molt sincerament als nostres equips la cura que posen en atendre els vostres fills i filles. Ens veiem ben aviat. Moltes gràcies i bones vacances!!!!			1 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Lluç al forn amb daus de tomàquet i orenga logurt natural (SOJASUN)	2 Empedrat de mongetes Truita de patata i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada	3 Verdura de temporada segons productors Pizza (s/al·lèrg.) de vedella (s/formatge) Fruita de temporada
	6 Festa	7 Arròs amb salsa de tomàquet Remenat d'all (s/beixamel) amb amanida Fruita de temporada	8 Amanida d'espíral Cigrons estofats amb toc de comí Fruita de temporada	9 Verdura tricolor de temporada Pollastre arrebossat amb pastanaga ratllada i sèsam logurt natural (SOJASUN)	10 Crema de tèbia de carbassó Fideus amb verdures i sèpia Fruita de temporada
		13 Mongeta tendra i patata bullida Llenties amb arròs integral i verdures Fruita de temporada	14 Macarrons amb salsa de verdures Maire a l'andalusa i amanida del temps logurt natural (SOJASUN)	15 Amanida d'arròs Botifarra a la planxa amb mongetes seques Fruita de temporada	16 Hummus de cigró amb torrades (s/al·lèrg.) Truita de carbassó i ceba amb enciam Fruita de temporada
	20 Arròs tres delícies (s/al·lèrg.) Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'all Fruita de temporada	21 Amanida de cigrons amb oli d'orenga Truita paisana amb amanida del temps Fruita de temporada	22 FI DE CURS Espaguetis napolitana (s/formatge) Pollastre al forn amb patates xips logurt natural (SOJASUN)		
			Bon Estiu		

JUNY	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>Un curs més, treballant plegats!!</i> El mes de juny ja és aquí. Un curs més que està a punt d'acabar. Al llarg d'aquests mesos, a través d'aquest espai lateral que acompanya el menú, hem compartit amb vosaltres diferents temes que tenen a veure amb la salut, la sostenibilitat, els menjadors escolars, l'atenció a la diversitat alimentària, la cuina tradicional i natural,... Tots ells deriven dels nostres eixos de treball. Conjuntament amb l'escola i les famílies, tenim l'oportunitat de contribuir a millorar el nostre entorn i vetllar per la salut comunitària. La feina que fem plegats, és molt engrescadora. Aprofitem aquesta finestra per acomiadar-nos de tots vosaltres i donar-vos les gràcies pel vostre suport. Agraïm també molt sincerament als nostres equips la cura que posen en atendre els vostres fills i filles. Ens veiem ben aviat. Moltes gràcies i bones vacances!!!!			1 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Gall dindi al forn amb daus de tomàquet i orenga logurt ecològic	2 Empedrat de mongetes Truita de patata i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada	3 Verdura de temporada segons productors Pizza (s/al·lèrg.) de vedella i formatge Fruita de temporada
	6 Festa	7 Arròs amb salsa de tomàquet Remenat d'alls tendres amb amanida del temps Fruita de temporada	8 Amanida d'espírels Cigrons estofats amb toc de comí Fruita de temporada	9 Verdura tricolor de temporada Pollastre arrebossat amb pastanaga ratllada i sèsam logurt ecològic	10 Crema de tèbia de carbassó Fideus amb verdures i llegum Fruita de temporada
	13 Mongeta tendra i patata bullida Llenties amb arròs integral i verdures Fruita de temporada	14 Macarrons amb salsa de verdures Gall dindi a l'andalusa i amanida del temps logurt d'ovella	15 Amanida d'arròs Mongetes seques amb verdures Fruita de temporada	16 Hummus de cigró amb torrades (s/al·lèrg.) Truita de carbassó i ceba amb enciam Fruita de temporada	17 Amanida russa (s/tonyina) i maionesa Pollastre a la planxa amb tomàquet amanit Fruita de temporada
	20 Arròs tres delícies Gall dindi al forn sobre llit de carbassó Fruita de temporada	21 Amanida de cigrons amb oli d'orenga Truita paisana amb amanida del temps Fruita de temporada	22 FI DE CURS Espaguetis napolitana amb formatge Pollastre al forn amb patates xips Gelat (s/al·lèrg.)		
			Bon Estiu		

JUNY	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>Un curs més, treballant plegats!!</i> El mes de juny ja és aquí. Un curs més que està a punt d'acabar. Al llarg d'aquests mesos, a través d'aquest espai lateral que acompanya el menú, hem compartit amb vosaltres diferents temes que tenen a veure amb la salut, la sostenibilitat, els menjadors escolars, l'atenció a la diversitat alimentària, la cuina tradicional i natural,... Tots ells deriven dels nostres eixos de treball. Conjuntament amb l'escola i les famílies, tenim l'oportunitat de contribuir a millorar el nostre entorn i vetllar per la salut comunitària. La feina que fem plegats, és molt engrescadora. Aprofitem aquesta finestra per acomiadar-nos de tots vosaltres i donar-vos les gràcies pel vostre suport. Agraïm també molt sincerament als nostres equips la cura que posen en atendre els vostres fills i filles. Ens veiem ben aviat. Moltes gràcies i bones vacances!!!!			1 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Lluç al forn amb daus de tomàquet i orenga logurt ecològic	2 Empedrat de mongetes Gall dindi a la planxa amb amanida del temps Fruita de temporada (no kiwi)	3 Verdura de temporada segons productors Pizza (s/al·lèrg.) de vedella (s/formatge) Fruita de temporada (no kiwi)
	6 Festa	7 Arròs amb salsa de tomàquet Gall dindi planxa amb amanida del temps Fruita de temporada (no kiwi)	8 Amanida d'espicals (s/ou) Cigrons estofats amb toc de comí Fruita de temporada (no kiwi)	9 Verdura tricolor de temporada Pollastre arrebossat (s/ou) pastanaga (s/sèsam) logurt ecològic	10 Crema de tèbia de carbassó Fideus (s/ou) amb verdures i sèpia Fruita de temporada (no kiwi)
		13 Mongeta tendra i patata bullida Llenties amb arròs integral i verdures Fruita de temporada (no kiwi)	14 Macarrons (s/ou) amb salsa de verdures Maire a l'andalusa i amanida del temps logurt d'ovella	15 Amanida d'arròs Botifarra a la planxa amb mongetes seques Fruita de temporada (no kiwi)	16 Hummus (s/al·lèrg.) amb torrades (s/al·lèrg.) Gall dindi a la planxa amb enciam Fruita de temporada (no kiwi)
		20 Arròs tres delícies de verdures Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'all Fruita de temporada (no kiwi)	21 Amanida de l'hort Saltat de cigrons amb verdures Fruita de temporada (no kiwi)	22 FI DE CURS Espaguetis (s/ou) napolitana amb formatge (s/ou) Pollastre al forn amb patates xips Gelat (s/al·lèrg.)	
			Bon Estiu		

JUNY	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>Un curs més, treballant plegats!!</i> El mes de juny ja és aquí. Un curs més que està a punt d'acabar. Al llarg d'aquests mesos, a través d'aquest espai lateral que acompanya el menú, hem compartit amb vosaltres diferents temes que tenen a veure amb la salut, la sostenibilitat, els menjadors escolars, l'atenció a la diversitat alimentària, la cuina tradicional i natural,... Tots ells deriven dels nostres eixos de treball. Conjuntament amb l'escola i les famílies, tenim l'oportunitat de contribuir a millorar el nostre entorn i vetllar per la salut comunitària. La feina que fem plegats, és molt engrescadora. Aprofitem aquesta finestra per acomiadar-nos de tots vosaltres i donar-vos les gràcies pel vostre suport. Agraïm també molt sincerament als nostres equips la cura que posen en atendre els vostres fills i filles. Ens veiem ben aviat. Moltes gràcies i bones vacances!!!!			1 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Lluç al forn amb daus de tomàquet i orenga logurt ecològic	2 Empedrat de mongetes Truita de patata i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada	3 Verdura de temporada segons productors Pizza (s/al·lèrg.) de vedella i formatge Fruita de temporada
	6 Festa	7 Arròs amb salsa de tomàquet Remenat d'all (s/beixamel) amb amanida Fruita de temporada	8 Amanida d'espíral Cigrons estofats amb toc de comí Fruita de temporada	9 Verdura tricolor de temporada Pollastre arrebossat amb pastanaga (s/sèsam) logurt ecològic	10 Crema de tèbia de carbassó Fideus amb verdures i sèpia Fruita de temporada
	13 Mongeta tendra i patata bullida Llenties amb arròs integral i verdures Fruita de temporada	14 Macarrons amb salsa de verdures Maire a l'andalusa i amanida del temps logurt d'ovella	15 Amanida d'arròs Botifarra a la planxa amb mongetes seques Fruita de temporada	16 Hummus (s/al·lèrg.) amb torrades (s/al·lèrg.) Truita de carbassó i ceba amb enciam Fruita de temporada	17 Amanida russa amb maionesa (s/al·lèrg.) Pollastre a la planxa amb tomàquet amanit Fruita de temporada
	20 Arròs tres delícies (s/al·lèrg.) Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'all Fruita de temporada	21 Amanida de cigrons amb oli d'orenga Truita paisana amb amanida del temps Fruita de temporada	22 FI DE CURS Espaguetis napolitana amb formatge Pollastre al forn amb patates xips Gelat (s/al·lèrg.)		

Bon Estiu

JUNY	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>Un curs més, treballant plegats!!</i> El mes de juny ja és aquí. Un curs més que està a punt d'acabar. Al llarg d'aquests mesos, a través d'aquest espai lateral que acompanya el menú, hem compartit amb vosaltres diferents temes que tenen a veure amb la salut, la sostenibilitat, els menjadors escolars, l'atenció a la diversitat alimentària, la cuina tradicional i natural,... Tots ells deriven dels nostres eixos de treball. Conjuntament amb l'escola i les famílies, tenim l'oportunitat de contribuir a millorar el nostre entorn i vetllar per la salut comunitària. La feina que fem plegats, és molt engrescadora. Aprofitem aquesta finestra per acomiadar-nos de tots vosaltres i donar-vos les gràcies pel vostre suport. Agraïm també molt sincerament als nostres equips la cura que posen en atendre els vostres fills i filles. Ens veiem ben aviat. Moltes gràcies i bones vacances!!!!			1 Arròs (135g cuit-3R) porro, api i pastanaga Lluç al forn amb daus de tomàquet i orenga Fruita (2R - veure nota*)- PA (20gr-1R)	2 Empedrat de mongetes (100g. mongetes-2R) Truita de patata (30g pat.freg-1R) amb amanida Fruita (2R - veure nota*)- PA (20gr-1R)	3 Verdura de temporada (50gr. patata-1R) Pizza (60g - 3R) de vedella i formatge Fruita (2R - veure nota*)
	6 Festa	7 Arròs (135g arròs cuit-3R) salsa de tomàquet Remenat d'all (s/beix.) amb amanida Fruita (2R - veure nota*)- PA (20gr-1R)	8 Amanida d'espirls (45 g.pasta-1R) Cigrons guisats (100g pes cuit-2R) Fruita (2R - veure nota*)- PA (20gr-1R)	9 Verdura tricolor (100g patata-2R) Pollastre arrebossat (8g. Farina-0,5R) amb amanida Fruita (2R - veure nota*)- PA (30gr-1,5R)	10 Crema de tèbia de carbassó (50g patata- 1R) Fideus (135g cuits-3R) amb verdures i sèpia Fruita (1R - veure nota*)- PA (20gr-1R)
		13 Mongeta tendra (s/patata) Llenties (100g pes cuit-2R) amb arròs (45g cuit-1R) Fruita (2R - veure nota*)- PA (20gr-1R)	14 Macarrons (112,5 cuit-2,5R) amb salsa de verdures Maire a l'andalusa (8g. Farina-0,5R) i amanida Fruita (2R - veure nota*)- PA (20gr-1R)	15 Amanida d'arròs (90g arròs cuit-2R) Botifarra planxa amb mongetes (50g.lleg-1R) Fruita (2R - veure nota*)- PA (20gr-1R)	16 Hummus de cigró (100g.-2R) amb torrades (20gr-1R) Truita de carbassó (30g pat.freg-1R) i enciam Fruita (2R - veure nota*)
	20 Arròs tres delícies (135g cuit-3R) Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'all Fruita (2R - veure nota*)- PA (20gr-1R)	21 Amanida de cigrons (100g pes cuit-2R) Truita paisana (30g pat.freg-1R) amb amanida Fruita (2R - veure nota*)- PA (20gr-1R)	22 FI DE CURS Espaguetis (90gr.-2R) napolitana amb formatge Pollastre al forn amb xips (20g-1R) Fruita (2R - veure nota*)- PA (20gr-1R)		
			Bon Estiu		

JUNY	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>Un curs més, treballant plegats!!</i> El mes de juny ja és aquí. Un curs més que està a punt d'acabar. Al llarg d'aquests mesos, a través d'aquest espai lateral que acompanya el menú, hem compartit amb vosaltres diferents temes que tenen a veure amb la salut, la sostenibilitat, els menjadors escolars, l'atenció a la diversitat alimentària, la cuina tradicional i natural,... Tots ells deriven dels nostres eixos de treball. Conjuntament amb l'escola i les famílies, tenim l'oportunitat de contribuir a millorar el nostre entorn i vetllar per la salut comunitària. La feina que fem plegats, és molt engrescadora. Aprofitem aquesta finestra per acomiadar-nos de tots vosaltres i donar-vos les gràcies pel vostre suport. Agraïm també molt sincerament als nostres equips la cura que posen en atendre els vostres fills i filles. Ens veiem ben aviat. Moltes gràcies i bones vacances!!!!			1 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Lluç al forn amb daus de tomàquet i orenga logurt ecològic	2 Empedrat de mongetes Truita de patata i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada	3 Verdura de temporada segons productors Pizza de tonyina i formatge Fruita de temporada
	6 Festa	7 Arròs amb salsa de tomàquet Remenat d'alls tendres amb amanida del temps Fruita de temporada	8 Amanida d'espírels Cigrons estofats amb toc de comí Fruita de temporada	9 Verdura tricolor de temporada Lluç arrebossat amb pastanaga ratllada i sèsam logurt ecològic	10 Crema de tèbia de carbassó Fideus amb verdures i sèpia Fruita de temporada
	13 Mongeta tendra i patata bullida Llenties amb arròs integral i verdures Fruita de temporada	14 Macarrons amb salsa de verdures Maire a l'andalusa i amanida del temps logurt d'ovella	15 Amanida d'arròs Bacallà a la planxa amb mongetes seques Fruita de temporada	16 Hummus de cigró amb torrades Truita de carbassó i ceba amb enciam Fruita de temporada	17 Amanida russa amb maionesa casolana Falafels amb tomàquet amanit Fruita de temporada
	20 Arròs tres delícies Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'alls Fruita de temporada	21 Amanida de cigrons amb oli d'orenga Truita paisana amb amanida del temps Fruita de temporada	22 FI DE CURS Espaguetis napolitana amb formatge Hamburguesa vegetal amb patates xips Gelat		
			Bon Estiu		

JUNY	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES																					
Un curs més, treballant plegats!! El mes de juny ja és aquí. Un curs més que està a punt d'acabar. Al llarg d'aquests mesos, a través d'aquest espai lateral que acompanya el menú, hem compartit amb vosaltres diferents temes que tenen a veure amb la salut, la sostenibilitat, els menjadors escolars, l'atenció a la diversitat alimentària, la cuina tradicional i natural,... Tots ells deriven dels nostres eixos de treball. Conjuntament amb l'escola i les famílies, tenim l'oportunitat de contribuir a millorar el nostre entorn i vetllar per la salut comunitària. La feina que fem plegats, és molt engrescadora. Aprofitem aquesta finestra per acomiadar-nos de tots vosaltres i donar-vos les gràcies pel vostre suport. Agraïm també molt sincerament als nostres equips la cura que posen en atendre els vostres fills i filles. Ens veiem ben aviat. Moltes gràcies i bones vacances!!!!  <tr><td rowspan="4">6Festa</td><td>7Arròs amb salsa de tomàquet Remenat d'allis (s/beixamel) amb amanida Fruita de temporada</td><td>8Amanida d'espirlals (s/g) Cigrons (s/g) estofats amb toc de comí Fruita de temporada</td><td>9Verdura tricolor de temporada Pollastre arrebossat (s/g) amb pastanaga i sèsam (s/g) logurt ecològic</td><td>10Crema de tèbia de carbassó Fideus (s/g) amb verdures i sèpia Fruita de temporada</td></tr> <tr><td>13Mongeta tendra i patata bullida Llenties (s/g) amb arròs integral i verdures Fruita de temporada</td><td>14Macarrons (s/g) amb salsa de verdures Maire a l'andalusa (s/g) i amanida del temps logurt d'ovella</td><td>15Amanida d'arròs Botifarra a la planxa amb mongetes seques (s/g) Fruita de temporada</td><td>16Hummus de cigró (s/g) amb torrades (s/al·lèrg.) Truita de carbassó i ceba amb enciam Fruita de temporada</td><td>17Amanida russa amb maionesa casolana (s/g) Pollastre a la planxa amb tomàquet amanit Fruita de temporada</td></tr> <tr><td>20Arròs tres delícies (s/al·lèrg.) Lluç al forn (s/al·lèrg.) sobre llit de carbassó Fruita de temporada</td><td>21Amanida de cigrons (s/g) amb oli d'orenga Truita paisana amb amanida del temps Fruita de temporada</td><td>22FI DE CURS Espaguetis (s/g) napolitana amb formatge Pollastre al forn amb patates xips Gelats (s/al·lèrg.)</td><td></td><td></td></tr> <tr><td colspan="5">Bon Estiu</td></tr> <tr><td colspan="2">ROCA since 1966 www.froca.cat</td><td colspan="4">Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat. Oferim producte ecològic i pa integral. Les carns picades estan elaborades expressament per a nosaltres, sense al·lèrgens ni conservants químics. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir, i sal iodada en l'elaboració dels aliments. Els arrebossats són fets a partir de producte fresc. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.</td></tr>	6Festa	7Arròs amb salsa de tomàquet Remenat d'allis (s/beixamel) amb amanida Fruita de temporada	8Amanida d'espirlals (s/g) Cigrons (s/g) estofats amb toc de comí Fruita de temporada	9Verdura tricolor de temporada Pollastre arrebossat (s/g) amb pastanaga i sèsam (s/g) logurt ecològic	10Crema de tèbia de carbassó Fideus (s/g) amb verdures i sèpia Fruita de temporada	13Mongeta tendra i patata bullida Llenties (s/g) amb arròs integral i verdures Fruita de temporada	14Macarrons (s/g) amb salsa de verdures Maire a l'andalusa (s/g) i amanida del temps logurt d'ovella	15Amanida d'arròs Botifarra a la planxa amb mongetes seques (s/g) Fruita de temporada	16Hummus de cigró (s/g) amb torrades (s/al·lèrg.) Truita de carbassó i ceba amb enciam Fruita de temporada	17Amanida russa amb maionesa casolana (s/g) Pollastre a la planxa amb tomàquet amanit Fruita de temporada	20Arròs tres delícies (s/al·lèrg.) Lluç al forn (s/al·lèrg.) sobre llit de carbassó Fruita de temporada	21Amanida de cigrons (s/g) amb oli d'orenga Truita paisana amb amanida del temps Fruita de temporada	22FI DE CURS Espaguetis (s/g) napolitana amb formatge Pollastre al forn amb patates xips Gelats (s/al·lèrg.)			Bon Estiu					ROCA since 1966 www.froca.cat		Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat. Oferim producte ecològic i pa integral. Les carns picades estan elaborades expressament per a nosaltres, sense al·lèrgens ni conservants químics. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir, i sal iodada en l'elaboració dels aliments. Els arrebossats són fets a partir de producte fresc. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.			
6Festa		7Arròs amb salsa de tomàquet Remenat d'allis (s/beixamel) amb amanida Fruita de temporada	8Amanida d'espirlals (s/g) Cigrons (s/g) estofats amb toc de comí Fruita de temporada	9Verdura tricolor de temporada Pollastre arrebossat (s/g) amb pastanaga i sèsam (s/g) logurt ecològic	10Crema de tèbia de carbassó Fideus (s/g) amb verdures i sèpia Fruita de temporada																					
		13Mongeta tendra i patata bullida Llenties (s/g) amb arròs integral i verdures Fruita de temporada	14Macarrons (s/g) amb salsa de verdures Maire a l'andalusa (s/g) i amanida del temps logurt d'ovella	15Amanida d'arròs Botifarra a la planxa amb mongetes seques (s/g) Fruita de temporada	16Hummus de cigró (s/g) amb torrades (s/al·lèrg.) Truita de carbassó i ceba amb enciam Fruita de temporada	17Amanida russa amb maionesa casolana (s/g) Pollastre a la planxa amb tomàquet amanit Fruita de temporada																				
		20Arròs tres delícies (s/al·lèrg.) Lluç al forn (s/al·lèrg.) sobre llit de carbassó Fruita de temporada	21Amanida de cigrons (s/g) amb oli d'orenga Truita paisana amb amanida del temps Fruita de temporada	22FI DE CURS Espaguetis (s/g) napolitana amb formatge Pollastre al forn amb patates xips Gelats (s/al·lèrg.)																						
	Bon Estiu																									
ROCA since 1966 www.froca.cat		Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat. Oferim producte ecològic i pa integral. Les carns picades estan elaborades expressament per a nosaltres, sense al·lèrgens ni conservants químics. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir, i sal iodada en l'elaboració dels aliments. Els arrebossats són fets a partir de producte fresc. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.																								

JUNY	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>Un curs més, treballant plegats!!</i> El mes de juny ja és aquí. Un curs més que està a punt d'acabar. Al llarg d'aquests mesos, a través d'aquest espai lateral que acompanya el menú, hem compartit amb vosaltres diferents temes que tenen a veure amb la salut, la sostenibilitat, els menjadors escolars, l'atenció a la diversitat alimentària, la cuina tradicional i natural,... Tots ells deriven dels nostres eixos de treball. Conjuntament amb l'escola i les famílies, tenim l'oportunitat de contribuir a millorar el nostre entorn i vetllar per la salut comunitària. La feina que fem plegats, és molt engrescadora. Aprofitem aquesta finestra per acomiadar-nos de tots vosaltres i donar-vos les gràcies pel vostre suport. Agraïm també molt sincerament als nostres equips la cura que posen en atendre els vostres fills i filles. Ens veiem ben aviat. Moltes gràcies i bones vacances!!!! 			1 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Bacallà al forn amb daus de tomàquet i orenga logurt ecològic	2 Empedrat de mongetes Truita de patata i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada	3 Verdura de temporada segons productors Pizza de vedella i formatge Fruita de temporada
	6 Festa	7 Arròs amb salsa de tomàquet Remenat d'all tendres amb amanida del temps Fruita de temporada	8 Amanida d'espíral Cigrons estofats amb toc de comí Fruita de temporada	9 Verdura tricolor de temporada Pollastre arrebossat amb pastanaga ratllada i sèsam logurt ecològic	10 Crema de tèbia de carbassó Fideus amb verdures i sèpia Fruita de temporada
	13 Mongeta tendra i patata bullida Llenties amb arròs integral i verdures Fruita de temporada	14 Macarrons amb salsa de verdures Bacallà a l'andalusa i amanida del temps logurt d'ovella	15 Amanida d'arròs Botifarra a la planxa amb mongetes seques Fruita de temporada	16 Hummus de cigró amb torrades Truita de carbassó i ceba amb enciam Fruita de temporada	17 Amanida russa amb maionesa casolana Pollastre a la planxa amb tomàquet amanit Fruita de temporada
	20 Arròs tres delícies Bacallà al forn sobre llit de carbassó i oli d'all Fruita de temporada	21 Amanida de cigrons amb oli d'orenga Truita paisana amb amanida del temps Fruita de temporada	22 FI DE CURS Espaguetis napolitana amb formatge Pollastre al forn amb patates xips Gelat		
			Bon Estiu		

JUNY	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>Un curs més, treballant plegats!!</i> El mes de juny ja és aquí. Un curs més que està a punt d'acabar. Al llarg d'aquests mesos, a través d'aquest espai lateral que acompanya el menú, hem compartit amb vosaltres diferents temes que tenen a veure amb la salut, la sostenibilitat, els menjadors escolars, l'atenció a la diversitat alimentària, la cuina tradicional i natural,... Tots ells deriven dels nostres eixos de treball. Conjuntament amb l'escola i les famílies, tenim l'oportunitat de contribuir a millorar el nostre entorn i vetllar per la salut comunitària. La feina que fem plegats, és molt engrescadora. Aprofitem aquesta finestra per acomiadar-nos de tots vosaltres i donar-vos les gràcies pel vostre suport. Agraïm també molt sincerament als nostres equips la cura que posen en atendre els vostres fills i filles. Ens veiem ben aviat. Moltes gràcies i bones vacances!!!! 			1 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Lluç al forn amb daus de tomàquet i orenga logurt ecològic	2 Amanida de l'hort Mongetes seques amb verdures Fruita de temporada	3 Verdura de temporada segons productors Pizza (s/al·lèrg.) de vedella (s/formatge) Fruita de temporada
	6 Festa	7 Amanida de llegum (no soja) Arròs amb salsa de tomàquet Fruita de temporada	8 Amanida d'espivals (s/ou-soja) Cigrons estofats amb toc de comí Fruita de temporada	9 Verdura tricolor de temporada Lluç arrebossat (s/ou) pastanaga ratllada i sèsam logurt ecològic	10 Crema de tèbia de carbassó Fideus (s/ou-soja) amb verdures i sèpia Fruita de temporada
	13 Mongeta tendra i patata bullida Llenties amb arròs integral i verdures Fruita de temporada	14 Macarrons (s/ou-soja) amb salsa de verdures Maire a l'andalusa i amanida del temps logurt d'ovella	15 Amanida d'arròs Bacallà a la planxa amb mongetes seques Fruita de temporada	16 Hummus de cigró amb torrades Bistec de vedella amb enciam Fruita de temporada	17 Amanida russa (s/ou-maionesa) Falafels amb tomàquet amanit Fruita de temporada
	20 Arròs tres delícies (s/al·lèrg.) Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'all Fruita de temporada	21 Amanida de l'hort Saltat de cigrons amb verdures Fruita de temporada	22 FI DE CURS Espaguetis (s/ou-soja) napolitana i formatge (s/ou) Hamburguesa vegetal amb patates xips logurt ecològic		

Bon Estiu

JUNY	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>Un curs més, treballant plegats!!</i> El mes de juny ja és aquí. Un curs més que està a punt d'acabar. Al llarg d'aquests mesos, a través d'aquest espai lateral que acompanya el menú, hem compartit amb vosaltres diferents temes que tenen a veure amb la salut, la sostenibilitat, els menjadors escolars, l'atenció a la diversitat alimentària, la cuina tradicional i natural,... Tots ells deriven dels nostres eixos de treball. Conjuntament amb l'escola i les famílies, tenim l'oportunitat de contribuir a millorar el nostre entorn i vetllar per la salut comunitària. La feina que fem plegats, és molt engrescadora. Aprofitem aquesta finestra per acomiadar-nos de tots vosaltres i donar-vos les gràcies pel vostre suport. Agraïm també molt sincerament als nostres equips la cura que posen en atendre els vostres fills i filles. Ens veiem ben aviat. Moltes gràcies i bones vacances!!!! 			1 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Lluç al forn amb daus de tomàquet i orenga logurt ecològic	2 Empedrat de mongetes Truita de patata i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada	3 Verdura de temporada segons productors Pizza de vedella i formatge Fruita de temporada
	6 Festa	7 Arròs amb salsa de tomàquet Remenat d'alls tendres amb amanida del temps Fruita de temporada	8 Amanida d'espíral Cigrons estofats amb toc de comí Fruita de temporada	9 Verdura tricolor de temporada Pollastre arrebossat amb pastanaga ratllada i sèsam logurt ecològic	10 Crema de tèbia de carbassó Fideus amb verdures i sèpia Fruita de temporada
	13 Mongeta tendra i patata bullida Llenties amb arròs integral i verdures Fruita de temporada	14 Macarrons amb salsa de verdures Maire a l'andalusa i amanida del temps logurt d'ovella	15 Amanida d'arròs Bacallà a la planxa amb mongetes seques Fruita de temporada	16 Hummus de cigró amb torrades Truita de carbassó i ceba amb enciam Fruita de temporada	17 Amanida russa amb maionesa casolana Pollastre a la planxa amb tomàquet amanit Fruita de temporada
	20 Arròs tres delícies Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'alls Fruita de temporada	21 Amanida de cigrons amb oli d'orenga Truita paisana amb amanida del temps Fruita de temporada	22 FI DE CURS Espaguetis napolitana amb formatge Pollastre al forn amb patates xips Gelat		
			Bon Estiu		