



CEIP

Menú GENERAL

mes de maig de 2025

Els menús van acompanyats de pa moreno o integral i aigua. La cuina utilitza Oli d'Oliva i Oli de Girasol Alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar en cru.

Les fruites d'aquest mes són: meló, pera, poma, plàtan, taronja.

Les hortalisses d'aquest mes són: albergínia, **bledes**, bròquil, **carabassó**, carxofa, ceba, **espinac**, **lletuga**, **cogombre**, pebre, porro, tomàtiga, pastanaga.

Al·lèrgens de declaració obligatòria			1	2
1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Leche 8: Fruita seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfits 13: Tramussos 14: Mol·luscs			Festiu	
			ARRÒS DE PEIX (2,4,9,14)	
			TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	
			ENSALADA AMB OLIVES (lletuga, iceberg, tomàtiga)	
			FRUITA DE TEMPORADA	
			Suggeriment de sopar:	
			Pizza variada / Fruita	
5	6	7	8	9
ESPIRALS A LA CARBONARA (1,3,6,7)	CIURONS AMB ESPINACS	ARRÒS INTEGRAL AMB Salsa DE TOMÀTIGA CASOLANA	CREMA DE PASTANAGA	LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES (1)
LLUÇ A LA PLANXA AMB PICADA (all, julivert, llimona) (4)	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	LIMANDA A LA MILANESA (ajo, perejil, huevo, harina) (1,3,4)	AGUIAT DE PORC	FILET D'INDIOT A LA PLANXA
ENSALADA AMB BLAT (iceberg, tomàtiga, col lombarda)	ENSALADA AMB OLIVES (lletuga, iceberg, tomàtiga)	BRÒQUIL AL VAPOR	PATATA I VERDURES (ceba, tomàtiga, pastanaga)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL ENSUCRAT (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Llenties amb pisto de verdures / Fruita	Tabulé de cuscús / Fruita	Ensalada i ous bullits amb patata / Fruita	Ensalada i salmó a la planxa amb arròs / Fruita	Quesadilles variades / Fruita
12	13	14	15	16
CREMA DE CARABASSA	MACARRONS INTEGRALS A LA BOSCAIOLA (1,3,6,7)	CREMA DE PORROS	TREMPÓ DE CIURONS	PAELLA DE VERDURES
FINGERS DE POLLASTRE CASOLANS (ou, pa ratllat) (1,3)	SALMÓ AL FORN (4)	PILOTES CASOLANES (magre de porc i morcillo de vedella) (1)	LLUÇ ARREBOSSAT (ou, pa ratllat) (1,3,4)	TRUITA A LA FRANCESA (3)
ENSALADA GREGA (tomàtiga, cogombre, olives, formatge) (7)	ENSALADA AMB SÈSAM (letuga, pastanaga, tomàtiga) (11)	VERDURES (ceba, pastanaga, pèsols i salsa de tomàtiga) I PATATA	PATATES TREMPADES	ENSALADA AMB CANONGES (iceberg, ceba morada, tomatàtiga cicerol)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL ENSUCRAT (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Wok de verdures amb ciurons i arròs / Fruita	Verdures saltades i ou a la planxa amb pa / Fruita	Ensalada de cuscús amb tonyina / Fruita	Ensalada variada amb quínoa i fruita seca / Fruita	Tortilles mexicanes de pollastre i verdures / Fruita
19	20	21	22	23
ARRÒS INTEGRAL A LA NAPOLITANA	FIDEUÀ DE VERDURAS (1,3)	LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES (1)	CREMA DE CARABASSÍ	CIRUONS TREMPATS AMB PATATA
LLOM A LA PLANXA AMB CEBA	LIMANDA A L'ANDALUSA (1,4)	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	GALLINETA AL FORN AMB Salsa DE MARISC	PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB ORENGA
ENSALADA AMB OLIVES (lletuga, iceberg, tomàtiga)	PASTANAGA I MONGETES SALTADES	TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA	ARRÒS	ENSALADA AMB BLAT (iceberg, tomàtiga, pastanaga)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL ENSUCRAT (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Pisto de verdures amb llenties i cuscús / Fruita	Ensalada variada i croquetes d'espinacs / Fruita	Quínoa saltada amb verdures / Fruita	Ensalada variada i truita a la francesa amb pa / Fruita	Quiche variat / Fruita
26	27	28	29	30
ARRÒS DE PEIX (2,4,9,14)	CREMA DE VERDURES I MONGETES	MACARRONS INTEGRALS A LA BOLONYESA (1,3)	LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES (1)	CREMA DE VERDURES AMB CROSTONS (1)
TRUITA DE PATATA I CARABASSÍ (3)	INDIOT AMB Salsa CAÇADORA	PALOMETA AL FORN AMB PICADA (4)	ESCALOP CASOLÀ DE POLLASTRE (1,3)	TIRES DE CALAMAR CASOLANES (1,2,4,14)
TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA	PATATES ROSTIDES	ENSALADA AMB OLIVES (lechuga, iceberg, tomàtiga)	ENSALADA AMB BLAT (iceberg, tomàtiga, pastanaga)	PATATA, MONGETA TENDRE I PASTANAGA
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL ENSUCRAT (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Orada al forn amb patata i verdures / Fruita	Ensalada de patata amb ou bullit / Fruita	Cuscús con verdures saltades / Fruita	Arròs amb pisto de verdures / Fruita	Ensalada variada i pizza / Fruita