

ESCOLA BRESSOL LA PUPUT - BIGUES I RIELLS DEL FAI

FEBRER

CURS 2025 - 2026

TRITURAT



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 · Triturat de cous cous, carbassa, nap i pollastre · Triturat de fruites	3 · Triturat de patates, col-i-flor, pastanaga i ou · Triturat de fruites	4 · Triturat de mill, carbassa, ceba i peix (lluç s/espines) · Triturat de fruites	5 · Triturat d'arròs, nap, pastanaga i mongetes · Triturat de fruites	6 · Triturat de patata, bròquil, col-i-flor i vedella · Triturat de fruites
9 · Triturat de patates, verdures d'hivern i porc · Triturat de fruites	10 · Triturat de cous cous, pastanaga, nap, xirivia i pollastre · Triturat de fruites	11 · Triturat d'arròs, ceba, carbassa i peix (bacallà s/espines) · Triturat de fruites	12 · Triturat de polenta, col-i-flor, bròquil i ou · Triturat de fruites	13 · Triturat de mill, pastanaga, ceba i cigrons · Triturat de fruites
16 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	17 · Triturat de fideus, bròquil, xirivia i ou · Triturat de fruites	18 · Triturat de moniato, carbassa, ceba i pollastre · Triturat de fruites	19 · Triturat de patates, bròquil, col-i-flor i peix (lluç s/espines) · Triturat de fruites	20 · Triturat de mill, carbassa, nap i llenties · Triturat de fruites
23 · Triturat de sèmola de blat, porro, col-i-flor i pollastre · Triturat de fruites	24 · Triturat de patates, carbassa, ceba i gall dindi · Triturat de fruites	25 · Triturat d'arròs, nap, pastanaga i peix (bacallà s/espines) · Triturat de fruites	26 · Triturat de polenta, carbassa, bròquil i ou · Triturat de fruites	27 · Triturat de patates, col, pastanaga i llenties · Triturat de fruites

Menús valorats nutricionalment per: Paola Barreto - Dietista N° 483 ASNADI

* Els plats estan elaborats in situ per les cuineres del centre. **Les verdures i les fruites, la pasta, l'arròs, els làctics, els olis d'oliva i de gira-sol alt oleic, la vedella, els ous frescos i molts altres ingredients són ecològics.** A més d'aquests productes ecològics, el 70% dels ingredients són de proximitat, i comprats directament als pages@s i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos. El peix és fresc, de temporada i capturat a les costes catalanes i/o del Cantàbric. Podeu consultar el peix servit cada setmana, preparació i guarnició a www.ecomenja.com.

*** les hamburgueses, vegenugets i mandonguilles vegetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seït ni tofu.

Les hamburgueses de vedella i les mandonguilles de porc també estan elaborades a la cuina de l'escola, amb un 80% de carn de vedella magra o de porc i un 20% de carn de porc o vedella baixa en greixos, segons la recepta.