

ESCOLA CAMINS - LES FRANQUESES DEL VALLÈS

MAIG

CURS 2025-2026



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1
				FESTA
4	5	6	7	8
• Amanida d'espitals amb cogombre, tomàquet i olives* • Truita de carbassó i patates • Fruita del temps	• Mongeta blanca amb sofregit de verdures i patates • Pollastre* rostit amb xampinyons • Fruita del temps	• Mongeta tendra amb patates • Carn magra arrebossada • Amanida d'enciams i tomàquet • logurt Natural	• Sopa d'au amb arròs • Peix de llotja segons les millors captures** • Amanida d'enciams i cogombre • Fruita del temps	• Crema de carbassó i porro amb crostonets* • Lasanya de lleties i arròs integral gratinada amb beixamel • Amanida d'enciams i blat de moro* • Fruita del temps
11	12	13	14	15
• Arròs tres delícies (carbassó, truita i pernil dolç*) • Pollastre* al forn amb salsa agredolça • Amanida d'enciams i pastanaga • logurt Natural	• Lleties guisades amb verdures • Truita de patata i ceba • Amanida d'enciams i tomàquet • Fruita del temps	• Espaguetis amb salsa napolitana • Peix de llotja segons les millors captures** • Fruita del temps	FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ	FESTA
18	19	20	21	22
• Espitals amb salsa de formatge • Truita jardinera • Amanida d'enciams i pipes • Fruita del temps	• Pastís de patates amb salsa de tomàquet, olives* i ou dur • Pollastre* guisat amb pastanaga • Fruita del temps	• Amanida de cigrons amb carbassó ratllat, cogombre i blat de moro* • Salsitxes de porc* amb patates xips • Fruita del temps	• Arròs amb carbassó i ceba • Peix de llotja segons les millors captures** • Amanida d'enciams i tomàquet • logurt Natural	• Crema de verdures de primavera amb llavors de carbassa torrades • Hamburguesa vegetariana feta a la cuina*** • Amanida d'enciams i poma • Fruita del temps
25	26	27	28	29
• Amanida d'arròs amb olives*, pastanaga i tomàquet • Pollastre* rostit a la llimona amb canyella • logurt Natural	• Macarrons amb salsa de tomàquet • Peix de llotja segons les millors captures** • Amanida d'enciams i sèsam • Fruita del temps	• Crema de lleties vermelles i porros • Truita amb pastanaga i ceba caramel·litzada • Amanida d'enciams i cogombre • Fruita del temps	• Cous cous amb verdures • Gall dindi* tikka masala • Fruita del temps	• Patates, col·i·flor i carbassó al forn amb sèsam torrat • Pilota de vedella amb salsa de peres • Fruita del temps

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

* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. Els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un *. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa a www.ecomenja.com. A més d'aquests productes ecològics auditats, intentem que la majoria dels mateixos siguin de proximitat, 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, vegenuggets i mandonguilles vegetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seità ni tofu.

Les hamburgueses de vedella estan elaborades a la nostra pròpia cuina, amb un 80% de carn de vedella magra i un 20% de carn de porc baixa en greixos.

Els ingredients de les amanides poden variar en funció de la temporada i de la disponibilitat agroalimentària.