

ESCOLA BRESSOL LA PUPUT - BIGUES I RIELLS DEL FAI

MAIG

CURS 2025-2026



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				FESTA
4 · Amanida d'espíral amb blat de moro, tomàquet i olives* · Truita de carbassó i patates · Fruita del temps	5 · Mongeta blanca amb sofregit de verdures i patates · Pollastre rostit amb xampinyons · Fruita del temps	6 · Patata bullida amb pastanaga · Estofat de carn magra · Iogurt Natural	7 · Sopa d'au amb arròs · Lluc s/espines · Amanida d'enciams i poma ratllada · Fruita del temps	8 · Crema de carbassó i porro · Tallarines amb salsa bolonyesa de llenties i formatge ratllat · Fruita del temps
11 · Arròs tres delícies (carbassó, truita i olives) · Pollastre* al forn amb sofregit de verdures · Iogurt Natural	12 · Espaguetis amb salsa napolitana i formatge ratllat · Bacallà s/espines · Amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps	13 · Llenties guisades amb verdures · Truita de patata i ceba · Amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps	14 · Mongeta tendra amb patates · Gall dindi amb salsa suau de verdures · Fruita del temps	15 · Sopa de verdures amb pistons · Vegenuggets fets a la cuina · Amanida d'enciams i poma ratllada · Fruita del temps
18 · Espíral amb salsa de formatge · Truita jardinera · Amanida d'enciams · Fruita del temps	19 · Cigrons guisats amb verdures · Salsitxes de porc amb patates xips · Fruita del temps	20 · Pastís de patates amb salsa de tomàquet · Pollastre guisat amb pastanaga · Fruita del temps	21 · Arròs amb carbassó i ceba · Lluc s/espines · Amanida d'enciams i tomàquet · Iogurt Natural	22 · Crema de verdures de primavera · Hamburguesa vegetariana amb formatge i quètxup casolà · Amanida d'enciams i poma ratllada · Fruita del temps
25 · Amanida d'arròs amb olives, pastanaga ratllada i tomàquet · Pollastre rostit a la llimona amb canyella · Amanida d'enciams i blat de moro* · Fruita del temps	26 · Trinxat de verdures · Gall dindi guisat amb cous cous · Fruita del temps	27 · Crema de llenties vermelles i porros · Truita amb pastanaga i ceba caramel·litzada · Amanida d'enciams i tomàquet · Iogurt Natural	28 · Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge ratllat · Bacallà s/espines · Amanida d'enciams · Fruita del temps	29 · Patates, col·i-flor i carbassó al forn · Pilota de vedella amb salsa de peres · Fruita del temps

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, vegenuggets i mandonguilles vegetals s'elaboren a la cuina de l'escola amb proteïna vegetal ecològica i mediterrània, sense seïtà 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.

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