

ESCOLA BRESSOL LA PUPUT - BIGUES I RIELLS DEL FAI

MAIG

CURS 2025-2026

TRITURAT



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 FESTA
4 · Triturat de cous cous, carbassó, ceba tendra i ou · Triturat de fruites	5 · Triturat de mill, nap, ceba, api i pollastre · Triturat de fruites	6 · Triturat de patata, pastanaga, porro i carn magra · Triturat de fruites	7 · Triturat d'arròs, nap, ceba tendra, bledes i lluç s/espines · Triturat de fruites	8 · Triturat de lleties, polenta, carbassó, porro i ceba tendra · Triturat de fruites
11 · Triturat d'arròs, carbassó, nap i pollastre · Triturat de fruites	12 · Triturat de cous cous, pastanaga, ceba i bacallà s/espines · Triturat de fruites	13 · Triturat de polenta, ceba, carbassó, all i ou · Triturat de fruites	14 · Triturat de patates, mongeta tendra i gall dindi · Triturat de fruites	15 · Triturat de mill, lleties, carbassó i ceba tendra · Triturat de fruites
18 · Triturat de cous cous, nap, pastanaga i ou · Triturat de fruites	19 · Triturat de polenta, mongeta tendra i porc · Triturat de fruites	20 · Triturat de patates, pastanaga, ceba, api i pollastre · Triturat de fruites	21 · Triturat d'arròs, carbassó, ceba i lluç s/espines · Triturat de fruites	22 · Triturat de cigrons, pastanaga, nap i ceba · Triturat de fruites
25 · Triturat d'arròs, pastanaga, xirivia i pollastre · Triturat de fruites	26 · Triturat de cous cous, carbassó, all i gall dindi · Triturat de fruites	27 · Triturat de patates, pastanaga, porro i ou · Triturat de fruites	28 · Triturat de mill, ceba, mongeta tendra i bacallà s/espines · Triturat de fruites	29 · Triturat de patates, carbassó i vedella · 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, veguenuggets 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 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.