

ESCOLA BRESSOL LA PUPUT - BIGUES I RIELLS DEL FAI

JUNY

CURS 2025-2026



TRITURAT

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 · Triturat de cuscús, carbassó, ceba tendra i porc · Triturat de fruites	2 · Triturat de cigrons, bròquil i ou · Triturat de fruites	3 · Triturat d'arròs, nap, ceba tendra, bròquil i lluç s/espines · Triturat de fruites	4 · Triturat de patates, pastanaga i pollastre · Triturat de fruites	5 · Triturat de mill, carbassó i llenties · Triturat de fruites
8 · Triturat de cuscús, ceba, carbassó i pollastre · Triturat de fruites	9 · Triturat de mill, bròquil i bacallà s/espines · Triturat de fruites	10 Triturat d'arròs, ceba tendra, pastanaga i cigrons · Triturat de fruites	11 · Triturat de patates, carbassó i ou · Triturat de fruites	12 · Triturat de fideus amb pastanaga, porro i lluç s/espines · Triturat de fruites
15 · Triturat d'arròs, pastanaga, ceba i ou · Triturat de fruites	16 · Triturat de mill, bròquil, ceba i llenties · Triturat de fruites	17 · Triturat de patates, mongeta tendra i gall dindi · Triturat de fruites	18 · Triturat de polenta, verdures de temporada i lluç s/espines · Triturat de fruites	19 · Triturat de cuscús, carbassó i pollastre · Triturat de fruites
22 · Triturat de patates, pastanaga i ou · Triturat de fruites	23 · Triturat de polenta, bròquil, xirivia i pollastre · Triturat de fruites	24 FESTA	25 · Triturat de pistons, xirivia, col-i-flor i porc · Triturat de fruites	26 · Triturat d'arròs, carbassó i bacallà s/espines · Triturat de fruites
29 FESTA	30 FESTA			

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 asseguruem 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 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.