



MENÚ GENERAL DEL MES DE JUNY DE 2026

Sempre hi ha pa moreno integral d'acompanyament i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i oli d'oliva verge per trempar

El curs s'acaba, però els bons hàbits continuen tot l'estiu!

1	2	3	4	5
Humus amb bastonets de verdura (pebre tendre, pastanaga i tortitas de blat de les índies)	Nyoquis a la bolonyesa	Paella de carn	Crema de pastanaga	Cuinat de lleties amb verdures (1)
Tires de calamar (1,2,4,14)	Indiot al forn amb salsa de iogurt	Lluç al forn amb salsa de tomàtiga (4)	Llom al forn amb salsa de xampinyons (7)	Truita francesa (3)
Ensalada Cèsar (enciam, tomàtiga, crostons i salsa cèsar)	Ensalada amb tomàtiga, blat de les índies, pastanaga ratllada i ceba cruixent	Ensalada de tonyina (enciam, tomàtiga, tonyina i pastanaga)	Patates bullides	Ensalada amb formatge: (enciam, tomàtiga, formatge)
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt natural (7)	Fruita de temporada	Fruita de temporada
<i>Suggeriment de sopar:</i>	<i>Suggeriment de sopar:</i>	<i>Suggeriment de sopar:</i>	<i>Suggeriment de sopar:</i>	<i>Suggeriment de sopar:</i>
<i>Bullit de patata i verdures amb ou</i>	<i>Rotllet amb anxoves, tomàtiga i canonges</i>	<i>Hamburguesa de pollastre amb verdures al forn</i>	<i>Pa amb oli amb pebres torrats</i>	<i>Pizza casolana</i>
8	9	10	11	12
Crema de carabassa i porro	Ciurons amb patata, mongetes i ou (3)	Espaguetis integrals a la putanesca (olives negres, tomàtiga i orenga) (1)	Ensalada d'arròs (tomàtiga, alvocat, blat de les índies, cuixot dolç i formatge)	Trepmpó amb lleties (1)
Cuixes de pollastre al forn	Palometa arrebossada casolana (ou i pa ratllat) (1, 3, 4)	Ous farcits (3,4)	Salmó amb salsa teriyaki i ceba cruixent (1, 4, 6, 11, 12)	Pit de pollastre amb salsa de xampinyons (7)
Patates rostides	Ensalada amb formatge: (enciam, tomàtiga, formatge)	Ensalada de tonyina (enciam, tomàtiga, tonyina i pastanaga)	Ensalada amb tomàtiga, blat de les índies i pastanaga ratllada	Tomàtiga trempada amb alvocat, pipes de carabassa i orenga
Iogurt natural (7)	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
<i>Suggeriment de sopar:</i>	<i>Suggeriment de sopar:</i>	<i>Suggeriment de sopar:</i>	<i>Suggeriment de sopar:</i>	<i>Suggeriment de sopar:</i>
<i>Ous remenats amb xampinyons i ceba</i>	<i>Wok de verdures i indiot</i>	<i>Croquetes d'espínacs amb ensalada de tomàtiga</i>	<i>Llom a la planxa amb ensalada de tomàtiga, alvocat i ceba</i>	<i>Lluç a la planxa amb puré de patata i mongetes</i>
15	16	17	18	19
Arròs tres delícies (pèsols, cuixot i truita a la francesa) (3,6)	Espaguetis integrals a la carbonara (ceba, cuixot, bacó i nata) (1, 3, 5, 6, 7, 10, 12)	Crema de pastanaga i lleties amb crostons (1)	Saltat de ciurons amb ceba i cuixot	
Croquetes de cuinat (1,2,3,4,6,7,8,9,10,14)	Bacallà al forn amb salsa de tomàtiga (4)	Frit mallorquí de llom amb patata i hortalisses	Truita de patata (3)	Pizza casolana de cuixot i formatge
Ensalada amb formatge: (enciam, tomàtiga, formatge)	Ensalada amb tomàtiga, blat de les índies, pastanaga ratllada i ceba cruixent		Tomàtiga trempada amb alvocat, pipes de carabassa i orenga	
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Gelat
<i>Suggeriment de sopar:</i>	<i>Suggeriment de sopar:</i>	<i>Suggeriment de sopar:</i>	<i>Suggeriment de sopar:</i>	<i>Suggeriment de sopar:</i>
<i>Truita francesa amb ensalada tropical</i>	<i>Crema de pastanaga amb ou bullit</i>	<i>Bacallà al forn amb saltat de verdures</i>	<i>Tabulé de verdures i pollastre</i>	<i>Hamburguesa de verdures amb tomàtiga trempada</i>

BONES VACANCES !

Llegenda d'al·lèrgens presents

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauet 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscs

Dana Lazar , Cap de cuina de l'escola. Carme Sastre Colomar, Dietista-nutricionista Col IB00367