

Menú Sense gluten

MARÇ 2026

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
02	03	04	05	06
Crema de verdures de temporada	Macarrons s/gluten amb salsa de tomàquet	Paella marinera	Patates estofades amb bledes, pastanaga i porro	Ensaladilla russa (pastanaga, patata, mongeta, pèsols, tonyina, maionesa)
Magra de porc amb salsa de tomàquet	Truita francesa	Maires a la planxa	Cuixetes de pollastre al forn	Hamburguesa mixta s/gluten, lactosa ni ou al forn/planxa
-	Enciam i olives	Enciam i tomàquet	Enciam i blat de moro	Amanida de tomàquet i blat de moro
Pa sense gluten i fruita fresca	Pa sense gluten i fruita fresca	Pa sense gluten i iogurt natural ametller	Pa sense gluten i fruita fresca	Pa sense gluten i fruita fresca
09	10	11	12	13
Macarrons s/gluten saltats amb xampinyons	Arròs amb salsa de tomàquet	Cigrons estofats amb patates	Crema de porros	Bledes amb patates saltades
Truita de patata i ceba	Contracuixa de pollastre al forn/planxa	Estofat de vedella a la jardinera	Peix carboner al forn/planxa	Salsitxes s/gluten, lactosa ni ou al forn/planxa
Rodes de tomàquet i olives negres	Enciam i blat de moro	-	Patates al forn	Enciam i pastanaga
Pa sense gluten i fruita fresca	Pa sense gluten i fruita fresca	Pa sense gluten i fruita fresca	Pa sense gluten i iogurt natural ametller	Pa sense gluten i fruita fresca
16	17	18	19	20
Crema de pastanaga amb formatge ratllat	Arròs a la cassola amb magra i salsitxes s/gluten, lactosa ni ou	Cigrons estofats amb patates	Trinxat de col amb patates	Mongetes seques saltades amb ceba i pastanaga
Espirals s/gluten amb salsa de tomàquet i tonyina	Rap al forn/planxa	Llom al forn/planxa	Cuixetes de pollastre al forn amb fines herbes	Truita de formatge
-	Enciam i blat de moro	Enciam i pastanaga	Enciam i tomàquet	Enciam i olives
Pa sense gluten i fruita fresca	Pa sense gluten i fruita fresca	Pa sense gluten i fruita fresca	Pa sense gluten i fruita fresca	Pa sense gluten i iogurt natural ametller
23	24	25	26	27
Crema de carbassó	Macarrons s/gluten napolitana	Espinacs saltats amb patates	Cigrons estofats amb verdures	MENÚ ESPECIAL LA MONA
Mandonguilles mixtes s/gluten, lactosa ni ou amb salsa de tomàquet	Lluç al forn/planxa	Estofat de gall dindi	Truita francesa	
Patata panadera al forn	Enciam i olives	-	Enciam i blat de moro	
Pa sense gluten i fruita fresca	Pa sense gluten i fruita fresca	Pa sense gluten i fruita fresca	Pa sense gluten i fruita fresca	
30	31	01	02	03

SETMANA SANTA

La ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida
més saludable, inclusiva i sostenible

01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprenem hàbits
saludables per a tota la vida.

03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir cura
del planeta amb cada mos.

02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprenem a conviure,
respectar i celebrar la diversitat.

04 Joc

Aprendre jugant és més divertit! El migdia és el
nostre moment per riure i descobrir junts.

RECOMANADOR DE SOPARS

PRIMERS PLATS



Si a l'escola el primer plat
era...



Verdura



Pasta/Arròs



Llegums



Per sopar pot
ser...



Pasta/Arròs



Verdura



Verdura



Pasta/Arròs

SEGONS PLATS



Si a l'escola el segon plat
era...



Ou



Peix



Llegums



Carn



Per sopar pot ser...



Carn



Ou



Peix



Ou



Peix



Carn



Ou



Peix



Fruita



Lacti



Lacti