

DILLUNS

- 1 Macarrons integrals al pomodoro (tomàquet i alfàbrega)
Trita de patata amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
*Rotllets de primavera
Fruita del temps i **pa integral**

Coliflor gratinada
Salmó al papillot amb espàrrecs
logurt

- 8 Crema de pastanaga amb crostons
Botifarra de pagès al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
*Rap arrebossat amb arròs pilaf
Fruita del temps i **pa integral**

Torrada d'escalivada
Bacallà al forn amb amanida
logurt

- 15 Minestra saltejada amb daus de patata saltats
Llenties **ECO** estofades amb arròs
*Peix blanc al forn
Fruita del temps

Meló amb pernil
Llenguado a la planxa amb amanida
logurt

DIMARTS

- 2 Mongetes blanques guisades amb verdures (carbassa i ceba)
Cap de lllom al forn amb amanida (enciam, olives i cogombre)
*Caella a les fines herbes
Fruita del temps

Espinacs amb patata
Rotllets de primavera amb carbassó al forn
logurt amb nous

- 9 Amanida de patata (tonyina, tomàquet i olives)
Trita francesa amb pernil dolç i amanida (cogombre, pastanaga i blat de moro)
*Hamburguesa de soja
logurt natural

Seques a l'allet
Pit de gall dindi amb verdures a la planxa
logurt

- 16 Crema de carbassa amb crostons
Hamburguesa de vedella a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
*Trita francesa
Fruita del temps i **pa integral**

Amanida de pasta
Trita de patates i espàrrecs
logurt

DIMECRES

- 3 Crema de carbassó
Pernillets de pollastre al forn amb samfaina (tomàquet, pebrots, ceba i albergínia)
*Trita francesa
Fruita del temps i **pa integral**

Amanida de quinoa
Ous estrellats amb verdures
logurt

- 10 Arròs integral amb tomàquet
Cigrons **ECO** guisats amb verdures (carbassó i pastanaga)
*Peix a la planxa
Fruita del temps i **pa integral**

Wok de verdures
Peixet a la planxa amb amanida
logurt

- 17 Arròs amb verdures (pastanaga, porros i xampinyons)
Bacallà amb patata panadera al forn
*Pollastre a la planxa
Fruita del temps i **pa integral**

Bledes saltades amb panses
Gall dindi al forn amb amanida
logurt amb fruits secs

DIJOUS

- 4 Mongeta verda amb patata
Llenties **ECO** estofades amb porros i pastanaga
*Hamburguesa vegetal
Fruita del temps

Amanida de l'hort
Pintxos de vedella adobats amb cuscús
Quèfir

- 11 Fideuà vegetal (mongeta verda, carbassa i ceba)
Seitons arrebossats amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
*Llom a la planxa
Fruita del temps

Vichyssoise
Cap de lllom al forn amb moniato
Fruita del temps

- 18 Cigrons saltats amb pebrots i ceba
Trita de patata amb amanida (enciam, blat de moro i cogombre)
*Llom a la planxa
Fruita del temps **ECO**

Gaspatxo
Croquetes d'espinacs amb xips d'albergínia
logurt

DIVENDRES

- 5 Arròs 3 delícies (blat de moro, pastanaga, pèsols i salsa de soja)
Lluç al forn amb llimona i amanida (tomàquet i enciam)
*Pollastre a la planxa
logurt natural

Hamburguesa vegetal completa amb patates
Fruita del temps

- 12 Bròquil amb patata
Contra cuixa de pollastre a l'allet amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
*Ous durs amb beixamel
Fruita del temps

Amanida verda amb fruits secs
Remenat d'ou amb xampinyons
logurt

- 19 **MENÚ FINAL DE CURS**
Pasta integral amb tomàquet i formatge
Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Terrina de gelat

Amanida de quinoa amb gambes i alvocat
Fruita del temps

Hola, soc **CAROTET!**
Al juny: beu aigua, menja fruita fresca i celebrem el **FINAL DE CURS** amb energia!

Bons Habits! Beu aigua fresca cada dia, perquè la hidratació sense sucre manté el cos actiu i la ment concentrada.

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA I AIGUA

*PROPOSTA DE SOPARS A DIARI

Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 3-8 anys: Primera setmana 570 kcal, HC 66g, Lip. 18g, Prot. 36g – Segona setmana 591 kcal, HC 69g, Lip. 18.5g, Prot. 37g – Tercera setmana 581 kcal, HC 68g, Lip. 18g, Prot. 36.7g

Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 9-13 anys: Primera setmana 738 kcal, HC 81g, Lip. 26g, Prot. 45g – Segona setmana 743 kcal, HC 78g, Lip. 27g, Prot. 47g – Tercera setmana 737 kcal, HC 79g, Lip. 26g, Prot. 46.7g

Menús supervisats per
Dietista-Nutricionista
Col·legiada n°CAT001334

DILLUNS

- 1 (*) Pasta sense gluten al pomodoro (tomàquet i alfàbrega)
Trita de patata amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
(*) Fruita del temps

- 8 (*) Crema de pastanaga sense crostons
Botifarra de pagès al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
(*) Fruita del temps

- 15 Minestra saltejada amb daus de patata saltats
(*) Llenties sense gluten estofades amb arròs
Fruita del temps

DIMARTS

- 2 Mongetes blanques guisades amb verdures (carbassa i ceba)
Cap de llom al forn amb amanida (enciam, olives i cogombre)
Fruita del temps

- 9 Amanida de patata (tonyina, tomàquet i olives)
Trita francesa amb pernil dolç i amanida (cogombre, pastanaga i blat de moro)
logurt natural

- 16 (*) Crema de carbassa sense crostons
Hamburguesa de vedella a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
(*) Fruita del temps

DIMECRES

- 3 Crema de carbassó
Pernillets de pollastre al forn amb samfaina (tomàquet, pebrots, ceba i albergínia)
(*) Fruita del temps

- 10 Arròs integral amb tomàquet
Cigrons ECO guisats amb verdures (carbassó i pastanaga)
(*) Fruita del temps

- 17 Arròs amb verdures (pastanaga, porros i xampinyons)
Bacallà amb patata panadera al forn
(*) Fruita del temps

DIJOUS

- 4 Mongeta verda amb patata
(*) Llenties sense gluten estofades amb porros i pastanaga
Fruita del temps

- 11 (*) Fideuà vegetal amb brou casolà i pasta sense gluten (mongeta verda, carbassa i ceba)
(*) Peix blanc arrebossat sense gluten amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
Fruita del temps

- 18 Cigrons saltats amb pebrots i ceba
Trita de patata amb amanida (enciam, blat de moro i cogombre)
Fruita del temps ECO

DIVENDRES

- 5 (*) Arròs 3 delícies (blat de moro, pastanaga i pèsols)
Lluç al forn amb llimona i amanida (tomàquet i enciam)
logurt natural

- 12 Bròquil amb patata
Contra cuixa de pollastre a l'allet amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

- 19 **MENÚ FINAL DE CURS**
(*) Pasta sense gluten amb tomàquet i formatge
(*) Pollastre arrebossat sense gluten amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Terrina de gelat

L'ESTIU MÉS GAUDÍ!

El curs acaba amb un mosaic de colors!
Com el trencadís, el nostre plat és un mosaic de colors i sabors.
Menja fruita fresca i hidrata't bé per a un estiu ple d'aventures
Visca les vacances!
Bon profit i feliç esport!

Hola, soc **CAROTET!**
Al juny, beu aigua, menja fruita fresca i celebrem el **FINAL DE CURS** amb energia!

Bons Habits! Beu aigua fresca cada dia, perquè la hidratació sense sucre manté el cos actiu i la ment concentrada.

(*) EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA
SENSE GLUTEN I AIGUA

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

Menús supervisats per
Dietista-Nutricionista
Col·legiada n°CAT001334

ESCOLA SANTA DOROTEA

SENSE GLUTEN

DILLUNS

- 1 Macarrons integrals al pomodoro (tomàquet i alfàbrega)
Trita de patata amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
(* Fruita del temps)

- 8 (* Crema de pastanaga sense crostons ni làctics
Botifarra de pagès al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
(* Fruita del temps)

- 15 Minestra saltejada amb daus de patata saltats
Llenties **ECO** estofades amb arròs
Fruita del temps

DIMARTS

- 2 Mongetes blanques guisades amb verdures (carbassa i ceba)
Cap de llom al forn amb amanida (enciam, olives i cogombre)
Fruita del temps

- 9 Amanida de patata (tonyina, tomàquet i olives)
Trita francesa amb pernil dolç i amanida (cogombre, pastanaga i blat de moro)
(* logurt sense lactosa)

- 16 (* Crema de carbassa sense crostons ni làctics
Hamburguesa de vedella a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
(* Fruita del temps)

DIMECRES

- 3 (* Crema de carbassó sense làctics
Pernillets de pollastre al forn amb samfaina (tomàquet, pebrots, ceba i albergínia)
(* Fruita del temps)

- 10 Arròs integral amb tomàquet
Cigrons **ECO** guisats amb verdures (carbassó i pastanaga)
(* Fruita del temps)

- 17 Arròs amb verdures (pastanaga, porros i xampinyons)
Bacallà amb patata panadera al forn
(* Fruita del temps)

DIJOUS

- 4 Mongeta verda amb patata
Llenties **ECO** estofades amb porros i pastanaga
Fruita del temps

- 11 (* Fideuà vegetal amb brou casolà (mongeta verda, carbassa i ceba)
(* Peix blanc arrebossat casolà amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
Fruita del temps

- 18 Cigrons saltats amb pebrots i ceba
Trita de patata amb amanida (enciam, blat de moro i cogombre)
Fruita del temps **ECO**

DIVENDRES

- 5 Arròs 3 delícies (blat de moro, pastanaga, pèsols i salsa de soja)
Lluç al forn amb llimona i amanida (tomàquet i enciam)
(* logurt sense lactosa)

- 12 Bròquil amb patata
Contra cuixa de pollastre a l'allet amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

- 19 **MENÚ FINAL DE CURS**
(* Pasta integral amb tomàquet
Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
(* Gelat de gel)



L'ESTIU MÉS GAUDÍ!

El curs acaba amb un mosaic de colors!
Com el trencadís, el nostre plat és un mosaic de colors i sabors.
Menja fruita fresca i hidrata't bé per a un estiu ple d'aventures
Visca les vacances!
Bon profit i feliç esport!

Hola, soc **CAROTET!**
Al juny: beu aigua, menja fruita fresca i celebrem el **FINAL DE CURS** amb energia!

Bons Habits! Beu aigua fresca cada dia, perquè la hidratació sense sucre manté el cos actiu i la ment concentrada.

(* EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA BLANC I AIGUA

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

Menús supervisats per
Dietista-Nutricionista
Col·legiada n°CAT001334

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE LACTOSA

CENTENARI GAUDÍ
1926-2026 • DE L'ART A LA TAULA

DILLUNS

- 1 (*) Macarrons amb oli i alfàbrega
(*) Truita francesa amb amanida (enciam i olives)
(*) logurt natural

DIMARTS

- 2 (*) 1/2R Mongetes blanques saltades amb carbassa
Cap de lllom al forn amb amanida (enciam, olives i cogombre)
(*) logurt natural

DIMECRES

- 3 Crema de carbassó
(*) Pernilets de pollastre al forn amb quinoa saltada
(*) logurt natural

DIJOUS

- 4 (*) Espinacs amb patata
(*) 1/2R Llenties ECO bullides amb oli d'oliva
(*) logurt natural

DIVENDRES

- 5 (*) Arròs saltat amb xampinyons
(*) Lluç al forn amb llimona i amanida (olives i enciam)
logurt natural

- 8 (*) Crema de coliflor sense crostons
(*) Botifarra de pagès sense fructosa al forn amb amanida (enciam i olives)
(*) logurt natural

- 9 (*) Amanida de patata (tonyina i olives)
Truita francesa amb pernil dolç i amanida (cogombre i olives)
logurt natural

- 10 (*) Arròs amb oli d'oliva i orenga
(*) 1/2R Cigrons ECO saltats amb carbassó
(*) logurt natural

- 11 (*) Fideus saltats amb carbassa
(*) Peix blanc arrebossat casolà amb amanida (enciam i olives)
(*) logurt natural

- 12 Bròquil amb patata
(*) Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam i olives)
(*) logurt natural

- 15 (*) Trinxat de verdures sense all (col i patata)
(*) 1/2R Llenties ECO bullides amb arròs
(*) logurt natural

- 16 (*) Crema de carbassa sense crostons
(*) Hamburguesa de vedella sense fructosa a la planxa amb amanida (enciam i olives)
(*) logurt natural

- 17 (*) Arròs saltat amb xampinyons
Bacallà amb patata panadera al forn
(*) logurt natural

- 18 (*) 1/2R Cigrons saltats amb oli i alfàbrega
(*) Truita francesa amb amanida (enciam i cogombre)
(*) logurt natural

- 19 **MENÚ FINAL DE CURS**
(*) Pasta amb oli i formatge
(*) Pollastre arrebossat amb amanida (enciam i olives)
(*) logurt natural

Hola, soc CAROTET!
Al juny: beu aigua, menja fruita fresca i celebrem el FINAL DE CURS amb energia!

ESCOLA SANTA DOROTEA

SENSE FRUCTOSA

CENTENARI GAUDÍ
1926-2026 • DE L'ART A LA TAULA

L'ESTIU MÉS GAUDÍ!

El curs acaba amb un mosaic de colors!
Com el trencadís, el nostre plat és un mosaic de colors i sabors.
Menja fruita fresca i hidrata't bé per a un estiu ple d'aventures
Visca les vacances!
Bon profit i feliç esport!

Bons Habits! Beu aigua fresca cada dia, perquè la hidratació sense sucre manté el cos actiu i la ment concentrada.

(*) EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA BLANC I AIGUA

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

Menús supervisats per
Dietista-Nutricionista
Col·legiada n°CAT001334

DILLUNS

1 Macarrons integrals al pomodoro (tomàquet i alfàbrega)
Truita de patata amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
Fruita del temps i **pa integral**

8 Crema de pastanaga amb crostons
(* Hamburguesa vegetal al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps i **pa integral**

15 Minestra saltejada amb daus de patata saltats
Llenties **ECO** estofades amb arròs
Fruita del temps

DIMARTS

2 (* Espinacs amb patata
Mongetes blanques guisades amb verdures (carbassa i ceba)
Fruita del temps

9 (* Amanida de patata (tomàquet i olives)
(* Truita francesa amb amanida (cogombre, pastanaga i blat de moro)
logurt natural

16 Crema de carbassa amb crostons
(* Hamburguesa de vegetal a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps i **pa integral**

DIMECRES

3 Crema de carbassó
(* Ous durs amb samfaina (tomàquet, pebrots, ceba i albergínia)
Fruita del temps i **pa integral**

10 Arròs integral amb tomàquet
Cigrons **ECO** guisats amb verdures (carbassó i pastanaga)
Fruita del temps i **pa integral**

17 Arròs amb verdures (pastanaga, porros i xampinyons)
(* Tofu amb patata panadera al forn
Fruita del temps i **pa integral**

DIJOUS

4 Mongeta verda amb patata
Llenties **ECO** estofades amb porros i pastanaga
Fruita del temps

11 Fideuà vegetal (mongeta verda, carbassa i ceba)
(* Croquetes d'espinacs amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
Fruita del temps

18 Cigrons saltats amb pebrots i ceba
Truita de patata amb amanida (enciam, blat de moro i cogombre)
Fruita del temps **ECO**

DIVENDRES

5 Arròs 3 delícies (blat de moro, pastanaga, pèsols i salsa de soja)
(* Seità al forn amb llimona i amanida (tomàquet i enciam)
logurt natural

12 Bròquil amb patata
(* Remenat d'ou amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

19 **MENÚ FINAL DE CURS**
Pasta integral amb tomàquet i formatge
(* Nuggets vegans amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Terrina de gelat

L'ESTIU MÉS GAUDÍ!

El curs acaba amb un mosaic de colors!
Com el trencadís, el nostre plat és un mosaic de colors i sabors.
Menja fruita fresca i hidrata't bé per a un estiu ple d'aventures
Visca les vacances!
Bon profit i feliç esport!

Hola, soc **CAROTET!**
Al juny: beu aigua, menja fruita fresca i celebrem el **FINAL DE CURS** amb energia!

Bons Habits! Beu aigua fresca cada dia, perquè la hidratació sense sucre manté el cos actiu i la ment concentrada.

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA I AIGUA

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

Menús supervisats per
Dietista-Nutricionista
Col·legiada n°CAT001334

ESCOLA SANTA DOROTEA OVOLACTOVEGETARIÀ

CENTENARI GAUDÍ
1926-2026 • DE L'ART A LA TAULA

DILLUNS

1

- (*) Pasta sense llegums amb oli i alfàbrega
- (*) Truita francesa amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

DIMARTS

2

- (*) Espinacs amb patata Cap de lloç al forn amb amanida (enciam, olives i cogombre)
- (*) logurt natural

DIMECRES

3

- Crema de carbassó
- (*) Pernilets de pollastre al forn amb quinoa saltada
- (*) logurt natural

DIJOUS

4

- (*) Espinacs amb patata
- (*) Remenat d'ou amb carbassa
- (*) logurt natural

DIVENDRES

5

- (*) Arròs saltat amb xampinyons
- (*) Lluç al forn amb llimona i amanida (olives i enciam)
- logurt natural

8

- (*) Crema de coliflor sense crostons
- (*) Botifarra de pagès sense fructosa al forn amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

9

- (*) Amanida de patata (tonyina i olives)
- Truita francesa amb pernil dolç i amanida (cogombre i olives)
- logurt natural

10

- (*) Arròs amb oli d'oliva i orenga
- (*) Daus de gall dindi saltats amb carbassó
- (*) logurt natural

11

- (*) Fideus saltats amb carbassa
- (*) Peix blanc arrebossat casolà sense llegums amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

12

- Bròquil amb patata
- (*) Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

15

- (*) Trinxat de verdures sense all (col i patata)
- (*) Truita francesa amb arròs pilaf
- (*) logurt natural

16

- (*) Crema de carbassa sense crostons
- (*) Hamburguesa de vedella sense fructosa a la planxa amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural

17

- (*) Arròs saltat amb xampinyons
- Bacallà amb patata panadera al forn
- (*) logurt natural

18

- (*) Bledes amb patata
- (*) Truita francesa amb amanida (enciam i cogombre)
- (*) logurt natural

19

- MENÚ FINAL DE CURS**
- (*) Pasta sense llegums amb oli i formatge
- (*) Pollastre arrebossat sense llegums amb amanida (enciam i olives)
- (*) logurt natural



endermar

menús
sostenibles

Juny

L'ESTIU MÉS GAUDÍ!

El curs acaba amb un mosaic de colors!

Com el trencadís, el nostre plat és un mosaic de colors i sabors. Menja fruita fresca i hidrata't bé per a un estiu ple d'aventures

Visca les vacances!

Bon profit i feliç esport!

Hola, soc CAROTET!
Al juny: beu aigua, menja fruita fresca i celebrem el FINAL DE CURS amb energia!

Bons Habits! Beu aigua fresca cada dia, perquè la hidratació sense sucre manté el cos actiu i la ment concentrada.

(*) EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA BLANC I AIGUA

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

Menús supervisats per
Dietista-Nutricionista
Col·legiada n°CAT001334

ESCOLA SANTA DOROTEA

SENSE FRUCTOSA NI LLEGUMS

CENTENARI GAUDÍ
1926-2026 • DE L'ART A LA TAULA

DILLUNS

1 Macarrons integrals al pomodoro (tomàquet i alfàbrega)
Trita de patata amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
Fruita del temps i **pa integral**

DIMARTS

2 Mongetes blanques guisades amb verdures (carbassa i ceba)
Cap de llom al forn amb amanida (enciam, olives i cogombre)
Fruita del temps

DIMECRES

3 Crema de carbassó
Pernillets de pollastre al forn amb samfaina (tomàquet, pebrots, ceba i albergínia)
Fruita del temps i **pa integral**

DIJOUS

4 Mongeta verda amb patata
Llenties **ECO** estofades amb porros i pastanaga
Fruita del temps

DIVENDRES

5 Arròs 3 delícies (blat de moro, pastanaga, pèsols i salsa de soja)
Lluç al forn amb llimona i amanida (tomàquet i enciam)
logurt natural

8 (*) Crema de pastanaga sense crostons
Botifarra de pagès al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps i **pa integral**

9 Amanida de patata (tonyina, tomàquet i olives)
Trita francesa amb pernil dolç i amanida (cogombre, pastanaga i blat de moro)
logurt natural

10 Arròs integral amb tomàquet
Cigrons **ECO** guisats amb verdures (carbassó i pastanaga)
Fruita del temps i **pa integral**

11 (*) Fideuà vegetal amb brou casolà (mongeta verda, carbassa i ceba)
(*) Peix blanc arrebossat casolà amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
Fruita del temps

12 Bròquil amb patata
Contra cuixa de pollastre a l'allet amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

15 Minestra saltejada amb daus de patata saltats
Llenties **ECO** estofades amb arròs
Fruita del temps

16 (*) Crema de carbassa sense crostons
Hamburguesa de vedella a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps i **pa integral**

17 Arròs amb verdures (pastanaga, porros i xampinyons)
Bacallà amb patata panadera al forn
Fruita del temps i **pa integral**

18 Cigrons saltats amb pebrots i ceba
Trita de patata amb amanida (enciam, blat de moro i cogombre)
Fruita del temps **ECO**

19 **MENÚ FINAL DE CURS**
Pasta integral amb tomàquet i formatge
Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Terrina de gelat

Hola, soc **CAROTET!**
Al juny: beu aigua, menja fruita fresca i celebrem el **FINAL DE CURS** amb energia!

ESCOLA SANTA DOROTEA

SENSE FRUITS SECS

CENTENARI GAUDÍ
1926-2026 • DE L'ART A LA TAULA

L'ESTIU MÉS GAUDÍ!

El curs acaba amb un mosaic de colors!
Com el trencadís, el nostre plat és un mosaic de colors i sabors.
Menja fruita fresca i hidrata't bé per a un estiu ple d'aventures
Visca les vacances!
Bon profit i feliç esport!

Bons Habits! Beu aigua fresca cada dia, perquè la hidratació sense sucre manté el cos actiu i la ment concentrada.

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA I AIGUA

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

Menús supervisats per
Dietista-Nutricionista
Col·legiada n°CAT001334

DILLUNS

- 1 (*) Pasta sense al·lèrgens (gluten i ou) al pomodoro (tomàquet i alfàbrega)
 (*) Peix blanc al forn amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
 (*) Fruita del temps

DIMARTS

- 2 Mongetes blanques guisades amb verdures (carbassa i ceba)
 Cap de llom al forn amb amanida (enciam, olives i cogombre)
 Fruita del temps

DIMECRES

- 3 (*) Crema de carbassó sense làctics
 Pernillets de pollastre al forn amb samfaina (tomàquet, pebrots, ceba i albergínia)
 (*) Fruita del temps

DIJOUS

- 4 Mongeta verda amb patata
 (*) Llenties sense gluten estofades amb porros i pastanaga
 Fruita del temps

DIVENDRES

- 5 (*) Arròs 3 delícies (blat de moro, pastanaga i pèsols)
 Lluç al forn amb llimona i amanida (tomàquet i enciam)
 (*) logurt sense lactosa

- 8 (*) Crema de pastanaga sense crostons ni làctics
 Botifarra de pagès al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
 (*) Fruita del temps

- 9 Amanida de patata (tonyina, tomàquet i olives)
 (*) Daus de gall dindi saltats amb amanida (cogombre, pastanaga i blat de moro)
 (*) logurt sense lactosa

- 10 Arròs integral amb tomàquet
 Cigrons ECO guisats amb verdures (carbassó i pastanaga)
 (*) Fruita del temps

- 11 (*) Fideuà vegetal amb brou casolà i pasta sense al·lèrgens (gluten i ou) (mongeta verda, carbassa i ceba)
 (*) Peix blanc arrebossat casolà sense al·lèrgens (gluten i ou) amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
 Fruita del temps

- 12 Bròquil amb patata
 Contra cuixa de pollastre a l'allet amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
 Fruita del temps

- 15 Minestra saltejada amb daus de patata saltats
 (*) Llenties sense gluten estofades amb arròs
 Fruita del temps

- 16 (*) Crema de carbassa sense crostons ni làctics
 Hamburguesa de vedella a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
 (*) Fruita del temps

- 17 Arròs amb verdures (pastanaga, porros i xampinyons)
 Bacallà amb patata panadera al forn
 (*) Fruita del temps

- 18 Cigrons saltats amb pebrots i ceba
 (*) Llom a la planxa amb amanida (enciam, blat de moro i cogombre)
 Fruita del temps ECO

- 19 **MENÚ FINAL DE CURS**
 (*) Pasta sense al·lèrgens (gluten i ou) amb tomàquet
 (*) Pollastre arrebossat sense al·lèrgens (gluten i ou) amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
 (*) Gelat de gel

L'ESTIU MÉS GAUDÍ!

El curs acaba amb un mosaic de colors!
 Com el trencadís, el nostre plat és un mosaic de colors i sabors.
 Menja fruita fresca i hidrata't bé per a un estiu ple d'aventures
 Visca les vacances!
 Bon profit i feliç esport!

Hola, soc **CAROTET!**
 Al juny: beu aigua, menja fruita fresca i celebrem el **FINAL DE CURS** amb energia!

Bons Habits! Beu aigua fresca cada dia, perquè la hidratació sense sucre manté el cos actiu i la ment concentrada.

(*) EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA SENSE AL·LÈRGENS I AIGUA

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

Menús supervisats per Dietista-Nutricionista Col·legiada n°CAT001334

ESCOLA SANTA DOROTEA

SENSE GLUTEN LÀCTICS NI OU

CENTENARI GAUDÍ
 1926-2026 · DE L'ART A LA TAULA



DILLUNS

- 1 (*) Pasta sense gluten al pomodoro (tomàquet i alfàbrega)
Trita de patata amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
(*) Fruita del temps

DIMARTS

- 2 Mongetes blanques guisades amb verdures (carbassa i ceba)
Cap de llom al forn amb amanida (enciam, olives i cogombre)
Fruita del temps

DIMECRES

- 3 (*) Crema de carbassó sense làctics
Pernillets de pollastre al forn amb samfaina (tomàquet, pebrots, ceba i albergínia)
(*) Fruita del temps

DIJOUS

- 4 Mongeta verda amb patata
(*) Llenties sense gluten estofades amb porros i pastanaga
Fruita del temps

DIVENDRES

- 5 (*) Arròs 3 delícies (blat de moro, pastanaga i pèsols)
Lluç al forn amb llimona i amanida (tomàquet i enciam)
(*) logurt sense lactosa

- 8 (*) Crema de pastanaga sense crostons ni làctics
Botifarra de pagès al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
(*) Fruita del temps

- 9 Amanida de patata (tonyina, tomàquet i olives)
Trita francesa amb pernil dolç i amanida (cogombre, pastanaga i blat de moro)
(*) logurt sense lactosa

- 10 Arròs integral amb tomàquet
Cigrons ECO guisats amb verdures (carbassó i pastanaga)
(*) Fruita del temps

- 11 (*) Fideuà vegetal amb brou casolà i pasta sense gluten (mongeta verda, carbassa i ceba)
(*) Peix blanc arrebossat casolà sense gluten amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
Fruita del temps

- 12 Bròquil amb patata
Contra cuixa de pollastre a l'allet amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

- 15 Minestra saltejada amb daus de patata saltats
(*) Llenties sense gluten estofades amb arròs
Fruita del temps

- 16 (*) Crema de carbassa sense crostons ni làctics
Hamburguesa de vedella a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
(*) Fruita del temps

- 17 Arròs amb verdures (pastanaga, porros i xampinyons)
Bacallà amb patata panadera al forn
(*) Fruita del temps

- 18 Cigrons saltats amb pebrots i ceba
Trita de patata amb amanida (enciam, blat de moro i cogombre)
Fruita del temps ECO

- 19 **MENÚ FINAL DE CURS**
(*) Pasta sense gluten amb tomàquet
(*) Pollastre arrebossat sense gluten amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
(*) Gelat de gel

L'ESTIU MÉS GAUDÍ!

El curs acaba amb un mosaic de colors!
Com el trencadís, el nostre plat és un mosaic de colors i sabors.
Menja fruita fresca i hidrata't bé per a un estiu ple d'aventures
Visca les vacances!
Bon profit i feliç esport!

Hola, soc CAROTET!
Al juny: beu aigua, menja fruita fresca i celebrem el FINAL DE CURS amb energia!

Bons Habits! Beu aigua fresca cada dia, perquè la hidratació sense sucre manté el cos actiu i la ment concentrada.

(*) EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA SENSE AL·LÈRGENS I AIGUA

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

Menús supervisats per
Dietista-Nutricionista
Col·legiada n°CAT001334

ESCOLA SANTA DOROTEA

SENSE GLUTEN NI LACTOSA

DILLUNS

- 1 (*) Macarrons amb oli i alfàbrega
(*) Truita francesa amb amanida (enciam i olives)
(*) logurt sense lactosa

- 8 (*) Crema de coliflor sense crostons ni làctics
(*) Botifarra de pagès sense fructosa al forn amb amanida (enciam i olives)
(*) logurt sense lactosa

- 15 (*) Trinxat de verdures sense all (col i patata)
(*) 1/2R Llenties ECO bullides amb arròs
(*) logurt sense lactosa

DIMARTS

- 2 (*) 1/2R Mongetes blanques saltades amb carbassa
Cap de lllom al forn amb amanida (enciam, olives i cogombre)
(*) logurt sense lactosa

- 9 (*) Amanida de patata (tonyina i olives)
(*) Truita francesa amb pèril dolç amanida (cogombre i olives)
(*) logurt sense lactosa

- 16 (*) Crema de carbassa sense crostons ni làctics
(*) Hamburguesa de vedella sense fructosa a la planxa amb amanida (enciam i olives)
(*) logurt sense lactosa

DIMECRES

- 3 (*) Crema de carbassó sense làctics
(*) Pernilets de pollastre al forn amb quinoa saltada
(*) logurt sense lactosa

- 10 (*) Arròs amb oli d'oliva i orenga
(*) 1/2R Cigrons ECO saltats amb carbassó
(*) logurt sense lactosa

- 17 (*) Arròs saltat amb xampinyons
Bacallà amb patata panadera al forn
(*) logurt sense lactosa

DIJOUS

- 4 (*) Espinacs amb patata
(*) 1/2R Llenties ECO bullides amb oli d'oliva
(*) logurt sense lactosa

- 11 (*) Fideus saltats amb carbassa
(*) Peix blanc arrebossat casolà amb amanida (enciam i olives)
(*) logurt sense lactosa

- 18 (*) 1/2R Cigrons saltats amb oli i alfàbrega
(*) Truita francesa amb amanida (enciam i cogombre)
(*) logurt sense lactosa

DIVENDRES

- 5 (*) Arròs saltat amb xampinyons
(*) Lluç al forn amb llimona i amanida (olives i enciam)
(*) logurt sense lactosa

- 12 Bròquil amb patata
(*) Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam i olives)
(*) logurt sense lactosa

- 19 **MENÚ FINAL DE CURS**
(*) Pasta amb oli i alfàbrega
(*) Pollastre arrebossat amb amanida (enciam i olives)
(*) logurt sense lactosa

L'ESTIU MÉS GAUDÍ!

El curs acaba amb un mosaic de colors!
Com el trencadís, el nostre plat és un mosaic de colors i sabors.
Menja fruita fresca i hidrata't bé per a un estiu ple d'aventures.
Visca les vacances!
Bon profit i feliç esport!

Hola, soc CAROTET!
Al juny: beu aigua, menja fruita fresca i celebrem el FINAL DE CURS amb energia!

Bons Habits! Beu aigua fresca cada dia, perquè la hidratació sense sucre manté el cos actiu i la ment concentrada.

ESCOLA SANTA DOROTEA

SENSE LACTOSA, FRUCTOSA NI SORBITOL

(*) EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA BLANC I AIGUA

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

Menús supervisats per
Dietista-Nutricionista
Col·legiada n°CAT001334

DILLUNS

- 1 (*) Pasta sense llegums al pomodoro (tomàquet i alfàbrega)
Truita de patata amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
(*) Fruita del temps

- 8 (*) Crema de pastanaga sense crostons ni làctics
Botifarra de pagès al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
(*) Fruita del temps

- 15 (*) Minestra sense pèsols saltejada amb daus de patata saltats
(*) Truita francesa amb arròs pilaf
Fruita del temps

DIMARTS

- 2 (*) Espinacs amb patata
Cap de llom al forn amb amanida (enciam, olives i cogombre)
Fruita del temps

- 9 Amanida de patata (tonyina, tomàquet i olives)
Truita francesa amb pernil dolç i amanida (cogombre, pastanaga i blat de moro)
(*) logurt sense lactosa

- 16 (*) Crema de carbassa sense crostons ni làctics
Hamburguesa de vedella a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
(*) Fruita del temps

DIMECRES

- 3 (*) Crema de carbassó sense làctics
Pernillets de pollastre al forn amb samfaina (tomàquet, pebrots, ceba i albergínia)
(*) Fruita del temps

- 10 Arròs integral amb tomàquet
(*) Daus de gall dindi saltats amb verdures (carbassó i pastanaga)
(*) Fruita del temps

- 17 Arròs amb verdures (pastanaga, porros i xampinyons)
Bacallà amb patata panadera al forn
(*) Fruita del temps

DIJOUS

- 4 Mongeta verda amb patata
(*) Remenat d'ou amb porros i pastanaga
Fruita del temps

- 11 (*) Fideuà vegetal amb brou casolà i pasta sense llegums (mongeta verda, carbassa i ceba)
(*) Peix blanc arrebossat sense llegums amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
Fruita del temps

- 18 (*) Bledes amb patata
Truita de patata amb amanida (enciam, blat de moro i cogombre)
Fruita del temps **ECO**

DIVENDRES

- 5 (*) Arròs saltat amb xampinyons
Lluç al forn amb llimona i amanida (tomàquet i enciam)
(*) logurt sense lactosa

- 12 Bròquil amb patata
Contra cuixa de pollastre a l'allet amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

- 19 **MENÚ FINAL DE CURS**
(*) Pasta sense llegums amb tomàquet
(*) Pollastre arrebossat sense llegums amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
(*) Gelat de gel



L'ESTIU MÉS GAUDÍ!

El curs acaba amb un mosaic de colors!
Com el trencadís, el nostre plat és un mosaic de colors i sabors.
Menja fruita fresca i hidrata't bé per a un estiu ple d'aventures
Visca les vacances!
Bon profit i feliç esport!

Hola, soc **CAROTET!**
Al juny: beu aigua, menja fruita fresca i celebrem el **FINAL DE CURS** amb energia!

Bons Habits! Beu aigua fresca cada dia, perquè la hidratació sense sucre manté el cos actiu i la ment concentrada.

(*) EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA BLANC I AIGUA

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

Menús supervisats per
Dietista-Nutricionista
Col·legiada n°CAT001334

ESCOLA SANTA DOROTEA

SENSE LACTOSA NI LLEGUMS

DILLUNS

- 1 (*) Pasta sense al·lèrgens (llegums ni gluten) al pomodoro (tomàquet i alfàbrega)
Truita de patata amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
(* Fruita del temps)

- 8 (*) Crema de pastanaga sense crostons ni làctics
Botifarra de pagès al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
(* Fruita del temps)

- 15 (*) Minestra sense pèsols saltejada amb daus de patata saltats
(* Truita francesa amb arròs pilaf
Fruita del temps)

DIMARTS

- 2 (*) Espinacs amb patata
Cap de llom al forn amb amanida (enciam, olives i cogombre)
Fruita del temps

- 9 Amanida de patata (tonyina, tomàquet i olives)
Truita francesa amb pernil dolç i amanida (cogombre, pastanaga i blat de moro)
(* logurt sense lactosa)

- 16 (*) Crema de carbassa sense crostons ni làctics
Hamburguesa de vedella a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
(* Fruita del temps)

DIMECRES

- 3 (*) Crema de carbassó sense làctics
Pernillets de pollastre al forn amb samfaina (tomàquet, pebrots, ceba i albergínia)
(* Fruita del temps)

- 10 Arròs integral amb tomàquet
(* Daus de gall dindi saltats amb verdures (carbassó i pastanaga)
(* Fruita del temps)

- 17 Arròs amb verdures (pastanaga, porros i xampinyons)
Bacallà amb patata panadera al forn
(* Fruita del temps)

DIJOUS

- 4 Mongeta verda amb patata
(* Remenat d'ou amb porros i pastanaga
Fruita del temps)

- 11 (*) Fideuà vegetal amb brou casolà i pasta sense al·lèrgens (llegums i gluten) (mongeta verda, carbassa i ceba)
(* Peix blanc arrebossat casolà sense al·lèrgens (llegums i gluten) amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
Fruita del temps

- 18 (*) Bledes amb patata
Truita de patata amb amanida (enciam, blat de moro i cogombre)
Fruita del temps **ECO**

DIVENDRES

- 5 (*) Arròs saltat amb xampinyons
Lluç al forn amb llimona i amanida (tomàquet i enciam)
(* logurt sense lactosa)

- 12 Bròquil amb patata
Contra cuixa de pollastre a l'allet amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

- 19 **MENÚ FINAL DE CURS**
(* Pasta sense al·lèrgens (llegums i gluten) amb tomàquet
(* Pollastre arrebossat sense al·lèrgens (llegums i gluten) amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
(* Gelat de gel)



L'ESTIU MÉS GAUDÍ!

El curs acaba amb un mosaic de colors!
Com el trenCADÍS, el nostre plat és un mosaic de colors i sabors.
Menja fruita fresca i hidrata't bé per a un estiu ple d'aventures
Visca les vacances!
Bon profit i feliç esport!

Hola, soc **CAROTET!**
Al juny: beu aigua, menja fruita fresca i celebrem el **FINAL DE CURS** amb energia!

Bons Habits! Beu aigua fresca cada dia, perquè la hidratació sense sucre manté el cos actiu i la ment concentrada.

(*) EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA SENSE AL·LÈRGENS I AIGUA

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

Menús supervisats per
Dietista-Nutricionista
Col·legiada n°CAT001334

ESCOLA SANTA DOROTEA

SENSE LLEGUMS, FRUITS SECS, LACTOSA NI GLUTEN

DILLUNS

1 Macarrons integrals al pomodoro (tomàquet i alfàbrega)
Trita de patata amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
Fruita del temps i **pa integral**

8 Crema de pastanaga amb crostons
Botifarra de pagès al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps i **pa integral**

15 Minestra saltejada amb daus de patata saltats
Llenties **ECO** estofades amb arròs
Fruita del temps

DIMARTS

2 Mongetes blanques guisades amb verdures (carbassa i ceba)
Cap de llom al forn amb amanida (enciam, olives i cogombre)
Fruita del temps

9 Amanida de patata (tonyina, tomàquet i olives)
Trita francesa amb pernil dolç i amanida (cogombre, pastanaga i blat de moro)
logurt natural

16 Crema de carbassa amb crostons
Hamburguesa de vedella a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps i **pa integral**

DIMECRES

3 Crema de carbassó
Pernilets de pollastre al forn amb samfaina (tomàquet, pebrots, ceba i albergínia)
Fruita del temps i **pa integral**

10 Arròs integral amb tomàquet
Cigrons **ECO** guisats amb verdures (carbassó i pastanaga)
Fruita del temps i **pa integral**

17 Arròs amb verdures (pastanaga, porros i xampinyons)
Bacallà amb patata panadera al forn
Fruita del temps i **pa integral**

DIJOUS

4 Mongeta verda amb patata
Llenties **ECO** estofades amb porros i pastanaga
Fruita del temps

11 (*) Fideuà vegetal amb brou casolà (mongeta verda, carbassa i ceba)
(*) Peix blanc arrebossat casolà amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
Fruita del temps

18 Cigrons saltats amb pebrots i ceba
Trita de patata amb amanida (enciam, blat de moro i cogombre)
Fruita del temps **ECO**

DIVENDRES

5 Arròs 3 delícies (blat de moro, pastanaga, pèsols i salsa de soja)
Lluç al forn amb llimona i amanida (tomàquet i enciam)
logurt natural

12 Bròquil amb patata
Contra cuixa de pollastre a l'allet amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

19 **MENÚ FINAL DE CURS**
Pasta integral amb tomàquet i formatge
Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Terrina de gelat



L'ESTIU MÉS GAUDÍ!

El curs acaba amb un mosaic de colors!
Com el trencadís, el nostre plat és un mosaic de colors i sabors.
Menja fruita fresca i hidrata't bé per a un estiu ple d'aventures
Visca les vacances!
Bon profit i feliç esport!

Hola, soc **CAROTET!**
Al juny: beu aigua, menja fruita fresca i celebrem el **FINAL DE CURS** amb energia!



Bons Habits! Beu aigua fresca cada dia, perquè la hidratació sense sucre manté el cos actiu i la ment concentrada.

ESCOLA SANTA DOROTEA

SENSE MARISC

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA I AIGUA

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

Menús supervisats per
Dietista-Nutricionista
Col·legiada n°CAT001334

DILLUNS

- 1 (*) Pasta sense ou
pomodoro (tomàquet i alfàbrega)
(*) Peix blanc al forn amb
amanida (enciam, pastanaga i blat
de moro)
Fruita del temps i **pa integral**

- 8 Crema de pastanaga amb
crostons
Botifarra de pagès al forn
amb amanida (enciam,
tomàquet i olives)
Fruita del temps i **pa integral**

- 15 Minestra saltejada amb
daus de patata saltats
Llenties **ECO** estofades amb
arròs
Fruita del temps

DIMARTS

- 2 Mongetes blanques guisades
amb verdures (carbassa i ceba)
Cap de llom al forn amb
amanida (enciam, olives i
cogombre)
Fruita del temps

- 9 Amanida de patata (tonyina,
tomàquet i olives)
(*) Daus de gall dindi saltats
amb amanida (cogombre,
pastanaga i blat de moro)
logurt natural

- 16 Crema de carbassa amb
crostons
Hamburguesa de vedella a la
planxa amb amanida (enciam,
tomàquet i olives)
Fruita del temps i **pa integral**

DIMECRES

- 3 Crema de carbassó
Pernillets de pollastre al forn
amb samfaina (tomàquet,
pebrots, ceba i albergínia)
Fruita del temps i **pa integral**

- 10 Arròs integral amb
tomàquet
Cigrons **ECO** guisats amb
verdures (carbassó i pastanaga)
Fruita del temps i **pa
integral**

- 17 Arròs amb verdures
(pastanaga, porros i xampinyons)
Bacallà amb patata
panadera al forn
Fruita del temps i **pa integral**

DIJOUS

- 4 Mongeta verda amb patata
Llenties **ECO** estofades amb
porros i pastanaga
Fruita del temps

- 11 (*) Fideuà vegetal amb brou
casolà i pasta sense ou
(mongeta verda, carbassa i ceba)
(*) Peix blanc arrebossat
sense ou amb amanida
(enciam, pastanaga i blat de moro)
Fruita del temps

- 18 Cigrons saltats amb
pebrots i ceba
(*) Llom a la planxa amb
amanida (enciam, blat de moro i
cogombre)
Fruita del temps **ECO**

DIVENDRES

- 5 Arròs 3 delícies
(blat de moro, pastanaga, pèsols i
salsa de soja)
Lluç al forn amb llimona i
amanida (tomàquet i enciam)
logurt natural

- 12 Bròquil amb patata
Contra cuixa de pollastre a
l'allet amb amanida (enciam,
pastanaga i olives)
Fruita del temps

- 19 **MENÚ FINAL DE CURS**
(*) Pasta sense ou amb
tomàquet i formatge
(*) Pollastre arrebossat
sense ou amb amanida
(enciam, pastanaga i olives)
Terrina de gelat

menús
sostenibles

Juny

L'ESTIU MÉS GAUDÍ!

El curs acaba amb
un mosaic de colors!
Com el trenCADÍS, el nostre plat
és un mosaic de colors i sabors.
Menja fruita fresca i hidrata't bé
per a un estiu ple d'aventures
Visca les vacances!
Bon profit i
feliç esport!

Hola, soc
CAROTET!
Al juny: beu aigua,
menja fruita fresca
i celebrem el
FINAL DE CURS
amb energia!

**Bons
Habits!** Beu aigua fresca
cada dia, perquè
la hidratació sense sucre manté
el cos actiu i la ment concentrada.

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA I AIGUA

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

Menús supervisats per
Dietista-Nutricionista
Col·legiada n°CAT001334

ESCOLA SANTA DOROTEA

SENSE OU

DILLUNS

- 1 Macarrons integrals al pomodoro (tomàquet i alfàbrega)
Trita de patata amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
Fruita del temps i **pa integral**

DIMARTS

- 2 Mongetes blanques guisades amb verdures (carbassa i ceba)
Cap de llom al forn amb amanida (enciam, olives i cogombre)
Fruita del temps

DIMECRES

- 3 Crema de carbassó
Pernilets de pollastre al forn amb samfaina (tomàquet, pebrots, ceba i albergínia)
Fruita del temps i **pa integral**

DIJOUS

- 4 Mongeta verda amb patata
Llenties **ECO** estofades amb porros i pastanaga
Fruita del temps

DIVENDRES

- 5 Arròs 3 delícies (blat de moro, pastanaga, pèsols i salsa de soja)
(* Daus de gall dindi saltats amanida (tomàquet i enciam)
logurt natural

- 8 Crema de pastanaga amb crostons
Botifarra de pagès al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps i **pa integral**

- 9 (*) Amanida de patata (tomàquet i olives)
Trita francesa amb pernil dolç i amanida (cogombre, pastanaga i blat de moro)
logurt natural

- 10 Arròs integral amb tomàquet
Cigrons **ECO** guisats amb verdures (carbassó i pastanaga)
Fruita del temps i **pa integral**

- 11 (*) Fideuà vegetal amb brou casolà (mongeta verda, carbassa i ceba)
(* Llom arrebossat casolà amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
Fruita del temps

- 12 Bròquil amb patata
Contra cuixa de pollastre a l'allet amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

- 15 Minestra saltejada amb daus de patata saltats
Llenties **ECO** estofades amb arròs
Fruita del temps

- 16 Crema de carbassa amb crostons
Hamburguesa de vedella a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps i **pa integral**

- 17 Arròs amb verdures (pastanaga, porros i xampinyons)
(* Contra cuixa de pollastre amb patata panadera al forn
Fruita del temps i **pa integral**

- 18 Cigrons saltats amb pebrots i ceba
Trita de patata amb amanida (enciam, blat de moro i cogombre)
Fruita del temps **ECO**

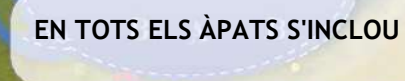
- 19 **MENÚ FINAL DE CURS**
Pasta integral amb tomàquet i formatge
Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Terrina de gelat

Hola, soc **CAROTET!**
Al juny: beu aigua, menja fruita fresca i celebrem el **FINAL DE CURS** amb energia!

ESCOLA SANTA DOROTEA

SENSE PEIX

CENTENARI GAUDÍ
1926-2026 • DE L'ART A LA TAULA



DILLUNS

- 1 Macarrons integrals al pomodoro (tomàquet i alfàbrega)
Trita de patata amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
(* Fruita del temps)

- 8 (* Crema de pastanaga sense crostons ni làctics
Botifarra de pagès al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
(* Fruita del temps)

- 15 Minestra saltejada amb daus de patata saltats
Llenties **ECO** estofades amb arròs
Fruita del temps

DIMARTS

- 2 Mongetes blanques guisades amb verdures (carbassa i ceba)
Cap de llom al forn amb amanida (enciam, olives i cogombre)
Fruita del temps

- 9 Amanida de patata (tonyina, tomàquet i olives)
Trita francesa amb pernil dolç i amanida (cogombre, pastanaga i blat de moro)
(* logurt de soja)

- 16 (* Crema de carbassa sense crostons ni làctics
(* Llom a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
(* Fruita del temps)

DIMECRES

- 3 (* Crema de carbassó sense làctics
Pernillets de pollastre al forn amb samfaina (tomàquet, pebrots, ceba i albergínia)
(* Fruita del temps)

- 10 Arròs integral amb tomàquet
Cigrons **ECO** guisats amb verdures (carbassó i pastanaga)
(* Fruita del temps)

- 17 Arròs amb verdures (pastanaga, porros i xampinyons)
Bacallà amb patata panadera al forn
(* Fruita del temps)

DIJOUS

- 4 Mongeta verda amb patata
Llenties **ECO** estofades amb porros i pastanaga
Fruita del temps

- 11 (* Fideuà vegetal amb brou casolà (mongeta verda, carbassa i ceba)
(* Peix blanc arrebossat casolà amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
Fruita del temps

- 18 Cigrons saltats amb pebrots i ceba
Trita de patata amb amanida (enciam, blat de moro i cogombre)
Fruita del temps **ECO**

DIVENDRES

- 5 Arròs 3 delícies (blat de moro, pastanaga, pèsols i salsa de soja)
Lluç al forn amb llimona i amanida (tomàquet i enciam)
(* logurt de soja)

- 12 Bròquil amb patata
Contra cuixa de pollastre a l'allet amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

- 19 **MENÚ FINAL DE CURS**
(* Pasta integral amb tomàquet
Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
(* Gelat de gel)

L'ESTIU MÉS GAUDÍ!

El curs acaba amb un mosaic de colors!
Com el trencadís, el nostre plat és un mosaic de colors i sabors.
Menja fruita fresca i hidrata't bé per a un estiu ple d'aventures
Visca les vacances!
Bon profit i feliç esport!

Hola, soc **CAROTET!**
Al juny: beu aigua, menja fruita fresca i celebrem el **FINAL DE CURS** amb energia!

Bons Habits! Beu aigua fresca cada dia, perquè la hidratació sense sucre manté el cos actiu i la ment concentrada.

(* EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA BLANC I AIGUA

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

Menús supervisats per
Dietista-Nutricionista
Col·legiada n°CAT001334

ESCOLA SANTA DOROTEA
SENSE PLV

CENTENARI GAUDÍ
1926-2026 • DE L'ART A LA TAULA

DILLUNS

1 Macarrons integrals al pomodoro (tomàquet i alfàbrega)
Truita de patata amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
Fruita del temps i **pa integral**

8 Crema de pastanaga amb crostons
(* Botifarra d'au al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps i **pa integral**

15 Minestra saltejada amb daus de patata saltats
Llenties **ECO** estofades amb arròs
Fruita del temps

DIMARTS

2 Mongetes blanques guisades amb verdures (carbassa i ceba)
(* Peix blanc al forn amb amanida (enciam, olives i cogombre)
Fruita del temps

9 Amanida de patata (tonyina, tomàquet i olives)
(* Truita francesa amb amanida (cogombre, pastanaga i blat de moro)
logurt natural

16 Crema de carbassa amb crostons
Hamburguesa de vedella a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps i **pa integral**

DIMECRES

3 Crema de carbassó
Pernillets de pollastre al forn amb samfaina (tomàquet, pebrots, ceba i albergínia)
Fruita del temps i **pa integral**

10 Arròs integral amb tomàquet
Cigrons **ECO** guisats amb verdures (carbassó i pastanaga)
Fruita del temps i **pa integral**

17 Arròs amb verdures (pastanaga, porros i xampinyons)
Bacallà amb patata panadera al forn
Fruita del temps i **pa integral**

DIJOUS

4 Mongeta verda amb patata
Llenties **ECO** estofades amb porros i pastanaga
Fruita del temps

11 Fideuà vegetal (mongeta verda, carbassa i ceba)
Seitons arrebossats amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
Fruita del temps

18 Cigrons saltats amb pebrots i ceba
Truita de patata amb amanida (enciam, blat de moro i cogombre)
Fruita del temps **ECO**

DIVENDRES

5 Arròs 3 delícies (blat de moro, pastanaga, pèsols i salsa de soja)
Lluç al forn amb llimona i amanida (tomàquet i enciam)
logurt natural

12 Bròquil amb patata
Contra cuixa de pollastre a l'allet amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

19 **MENÚ FINAL DE CURS**
Pasta integral amb tomàquet i formatge
Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Terrina de gelat



L'ESTIU MÉS GAUDÍ!

El curs acaba amb un mosaic de colors!
Com el trencadís, el nostre plat és un mosaic de colors i sabors.
Menja fruita fresca i hidrata't bé per a un estiu ple d'aventures
Visca les vacances!
Bon profit i feliç esport!

Hola, soc **CAROTET!**
Al juny: beu aigua, menja fruita fresca i celebrem el **FINAL DE CURS** amb energia!



Bons Habits! Beu aigua fresca cada dia, perquè la hidratació sense sucre manté el cos actiu i la ment concentrada.

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE PORC

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA I AIGUA

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

Menús supervisats per
Dietista-Nutricionista
Col·legiada n°CAT001334



DILLUNS

1 Macarrons integrals al pomodoro (tomàquet i alfàbrega)
Trita de patata amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
Fruita del temps i **pa integral**

8 Crema de pastanaga amb crostons
Botifarra de pagès al forn amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps i **pa integral**

15 Minestra saltejada amb daus de patata saltats
Llenties **ECO** estofades amb arròs
Fruita del temps

DIMARTS

2 Mongetes blanques guisades amb verdures (carbassa i ceba)
Cap de llom al forn amb amanida (enciam, olives i cogombre)
Fruita del temps

9 Amanida de patata (tonyina, tomàquet i olives)
Trita francesa amb pernil dolç i amanida (cogombre, pastanaga i blat de moro)
logurt natural

16 Crema de carbassa amb crostons
(* Hamburguesa de vegetal a la planxa amb amanida (enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps i **pa integral**

DIMECRES

3 Crema de carbassó
Pernillets de pollastre al forn amb samfaina (tomàquet, pebrots, ceba i albergínia)
Fruita del temps i **pa integral**

10 Arròs integral amb tomàquet
Cigrons **ECO** guisats amb verdures (carbassó i pastanaga)
Fruita del temps i **pa integral**

17 Arròs amb verdures (pastanaga, porros i xampinyons)
Bacallà amb patata panadera al forn
Fruita del temps i **pa integral**

DIJOUS

4 Mongeta verda amb patata
Llenties **ECO** estofades amb porros i pastanaga
Fruita del temps

11 Fideuà vegetal (mongeta verda, carbassa i ceba)
Seitons arrebossats amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)
Fruita del temps

18 Cigrons saltats amb pebrots i ceba
Trita de patata amb amanida (enciam, blat de moro i cogombre)
Fruita del temps **ECO**

DIVENDRES

5 Arròs 3 delícies (blat de moro, pastanaga, pèsols i salsa de soja)
Lluç al forn amb llimona i amanida (tomàquet i enciam)
logurt natural

12 Bròquil amb patata
Contra cuixa de pollastre a l'allet amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

19 **MENÚ FINAL DE CURS**
Pasta integral amb tomàquet i formatge
Pollastre arrebossat amb amanida (enciam, pastanaga i olives)
Terrina de gelat

L'ESTIU MÉS GAUDÍ!

El curs acaba amb un mosaic de colors!
Com el trencadís, el nostre plat és un mosaic de colors i sabors.
Menja fruita fresca i hidrata't bé per a un estiu ple d'aventures
Visca les vacances!
Bon profit i feliç esport!

Hola, soc **CAROTET!**
Al juny: beu aigua, menja fruita fresca i celebrem el **FINAL DE CURS** amb energia!

Bons Habits! Beu aigua fresca cada dia perquè la hidratació sense sucre manté el cos actiu i la ment concentrada.

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA I AIGUA

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

Menús supervisats per
Dietista-Nutricionista
Col·legiada n°CAT001334

ESCOLA SANTA DOROTEA SENSE VEDELLA