


DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 <b>FESTIU</b>
4 <b>FESTIU</b>	5 ARRÒS AMB TONYINA, BLAT DE MORO I TOMÀQUET ● POLLASTRE A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA ● IOGURT ●	6 CREMA DE VERDURES DE PRIMAVERA ● MAGRA DE PORC A LA PLANXA AMB PATATES FREGIDES ● FRUITA DE TEMPORADA ●	7 <b>JORNADA GASTRONÒMICA TURCA</b> COUS COUS DE VERDURES ● SHISH KEBAB DE VEDELLA ● FRUITA DE TEMPORADA ●	8 AMANIDA RUSSA ● LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES ● FRUITA DE TEMPORADA ●
11 ARRÒS 3 DELÍCIES ● CROQUETES DE PERNIL AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO ● FRUITA DE TEMPORADA ●	12 MONGETA VERDA AMB PATATA ● PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE ● FRUITA DE TEMPORADA ●	13 <b>DIA DE PROTEÏNA VEGETAL</b> CREMA DE PASTANAGA ● AMANIDA DE LLENTIES I ARRÒS ● FRUITA DE TEMPORADA ●	14 MACARRONS A LA CARBONARA ● SALMÓ AL FORN AMB AMANIDA DE TOMÀQUET I OLIVES ● FRUITA DE TEMPORADA ●	15 AMANIDA DE MONGETES BLANQUES ● TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA ● IOGURT ●
18 ESPAGUETIS AL PESTO DE PIPES ● LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE ● FRUITA DE TEMPORADA ●	19 PÈSOLS AMB PATATA ● TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES ● FRUITA DE TEMPORADA ●	20 ARRÒS A LA NAPOLITANA ● PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO ● IOGURT ●	21 CIGRONS SALTATS AMB PERNIL ● TONYINA AMB Salsa de TOMÀQUET ● FRUITA DE TEMPORADA ●	22 BRÒQUIL SALTAT AMB ALLETS ● SALSITXES DE PORC AL FORN AMB PURÉ DE PATATES ● FRUITA DE TEMPORADA ●
25 MINESTRA DE VERDURES ● POLLASTRE A L'ALLET AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE ● FRUITA DE TEMPORADA ●	26 AMANIDA DE PASTA ● GALL D'INDI ESTOFAT AMB VERDURETES ● FRUITA DE TEMPORADA ●	27 LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSÓ ● TRUITA DE PATATA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET ● FRUITA DE TEMPORADA ●	28 ARRÒS DE VERDURES ● PEIX FRESC AMB AMANIDA D'ENCIAM ● IOGURT ●	29 CREMA DE CARBASSA ● MAGRA DE PORC AL FORN AMB MONGETES SEQUES SALTADES ● FRUITA DE TEMPORADA ●

Tots els àpats s'acompanyen d'aigua i pa blanc o integral a escollir  
L'oli utilitzat per amanir és oli d'oliva verge

El menú està adaptat als corresponents canvis per a l'alumnat amb al·lèrgies o intoleràncies alimentàries

Tots els menús de REVisa han estat elaborats per la Dietista-Nutricionista col·legiada Marta Bernal  
CAT001003

FRUITES DE TEMPORADA

AVIRAM I CARNES DE PROXIMITAT



350 - 400 Kcal ●  
300 - 350 Kcal ●  
250 - 300 Kcal ●

# PROPOSTA DE SOPARS SALUDABLES

## MES DE MAIG

Tria productes de temporada per als teus àpats: més frescos, més gustosos i millors per al planeta

### FRUITES

Nespres  
Maduixes  
Albercocs

Cireres  
Gerd  
Mandarines

### HORTALISSES

Carbassó  
Bledes  
Bròquil

Ceba tendra  
Mongeta tendra  
Pèsols

### SI HEM DINAT

Pasta, arròs, llegum, patata

Verdura cuita o amanida

Carn

Peix

Ou

Fruita

Làctic

### PODEM SOPAR

Verdura cuita o amanida

Pasta, arròs, llegum o patata

Peix o ou

Carn o ou

Peix o carn

Lactis o fruita

Fruita

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
---------	---------	----------	--------	-----------

				1 <b>FESTIU</b>
4 LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES ----- TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE ----- FRUITA DE TEMPORADA	5 ARRÒS AMB TONYINA, BLAT DE MORO I TOMÀQUET ----- LLUÇ AL FORN A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA ----- IOGURT	6 CREMA DE VERDURES DE PRIMAVERA ----- HEURA AL FORN AMB PATATES FREGIDES ----- FRUITA DE TEMPORADA	7 <b>JORNADA GASTRONÒMICA TURCA</b> ----- AMANIDA DE COUS COUS ----- SHISH KEBAB DE FALAFEL DE CIGRONS ----- FRUITA DE TEMPORADA	8 AMANIDA RUSSA ----- LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES ----- FRUITA DE TEMPORADA
11 ARRÒS 3 DELÍCIES ----- CROQUETES D'ESPINACS AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO ----- FRUITA DE TEMPORADA	12 MONGETA VERDA AMB PATATA ----- TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE ----- FRUITA DE TEMPORADA	13 <b>DIA DE PROTEÏNA VEGETAL</b> ----- CREMA DE PASTANAGA ----- AMANIDA DE LLENTIES I ARRÒS S/PERNIL ----- FRUITA DE TEMPORADA	14  MACARRONS A LA CARBONARA S/ BACÓ ----- SALMÓ AL FORN AMB AMANIDA DE TOMÀQUET I OLIVES ----- FRUITA DE TEMPORADA	15 AMANIDA DE MONGETES BLANQUES ----- TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA ----- IOGURT
18 ESPAGUETIS AL PESTO DE PIPES ----- LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE ----- FRUITA DE TEMPORADA	19 PÈSOLS AMB PATATA ----- TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES ----- FRUITA DE TEMPORADA	20 ARRÒS A LA NAPOLITANA ----- HEURA AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO ----- IOGURT	21 CIGRONS AMB ESPINACS ----- TONYINA AMB SALSA DE TOMÀQUET ----- FRUITA DE TEMPORADA	22 BRÒQUIL SALTAT AMB ALLETS ----- HAMBURGUESA DE LLENTIES AMB PURÉ DE PATATES ----- FRUITA DE TEMPORADA
25 MINISTRA DE VERDURES ----- TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE ----- FRUITA DE TEMPORADA	26 AMANIDA DE PASTA ----- LLUÇ AL FORN AMB CARBASSÓ AL FORN ----- FRUITA DE TEMPORADA	27 LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSÓ ----- TRUITA DE PATATA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET ----- FRUITA DE TEMPORADA	28 ARRÒS DE VERDURES ----- PEIX FRESC AMB AMANIDA D'ENCIAMS ----- IOGURT	29 CREMA DE CARBASSA ----- HAMBURGUESA DE COLIFLOR I FORMATGE AL FORN AMB MONGETES SEQUES SALTADES ----- FRUITA DE TEMPORADA

Tots els àpats s'acompanyen d'aigua i pa blanc o integral a escollir  
L'oli utilitzat per amanir és oli d'oliva verge

El menú està adaptat als corresponents canvis per a l'alumnat amb al·lèrgies o intoleràncies alimentàries

Tots els menús de REVISA han estat elaborats per la Dietista-Nutricionista col·legiada Marta Bernal  
CAT001003

FRUITES DE TEMPORADA

AVIRAM I CARNES DE PROXIMITAT



Quilòmetre zero a l'Escola

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 <b>FESTIU</b>
4 LLENTIES AMB RAIG D'OLI D'OLIVA TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA PERMESA	5 ARRÒS AMB TONYINA I OLIVES POLLASTRE A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAMS I OGURT NATURAL S/ SUCRE	6 CREMA DE CARBASSÓ S/ CEBA MAGRA DE PORC A LA PLANXA AMB PATATES FREGIDES FRUITA PERMESA	7 <b>JORNADA GASTRONÒMICA TURCA</b> COUS COUS AMB RAIG D'OLI S/ HORTALISSES SHISH KEBAB DE VEDELLA S/ CEBA, TOMÀQUET NI ALL FRUITA PERMESA	8 PATATA BULLIDA AMB RAIG D'OLI LLUÇ AL FORN S/ ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA PERMESA
11 ARRÒS BLANC AMB RAIG D'OLI LLOM DE PORC A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAMS FRUITA PERMESA	12 BRÒQUIL AMB PATATA PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA PERMESA	13 <b>DIA DE PROTEÏNA VEGETAL</b> CREMA DE CARBASSÓ S/ CEBA LLENTIES AMB ARRÒS AMB RAIG D'OLI D'OLIVA FRUITA PERMESA	14 MACARRONS A LA CARBONARA S/ CEBA SALMÓ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA PERMESA	15 LLENTIES AMB RAIG D'OLI D'OLIVA TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAMS I OGURT NATURAL S/ SUCRE
18 ESPAGUETIS AMB RAIG D'OLI LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA PERMESA	19 PATATA BULLIDA AMB TONYINA TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA PERMESA	20 ARRÒS BLANC AMB RAIG D'OLI PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAMS I OGURT NATURAL S/ SUCRE	21 LLENTIES AMB RAIG D'OLI TONYINA AMB XAMPINYONS SALTATS FRUITA PERMESA	22 BRÒQUIL SALTAT AMB RAIG D'OLI LLOM DE PORC AL FORN AMB PURÉ DE PATATES FRUITA PERMESA
25 PATATES BULLIDES AMB RAIG D'OLI POLLASTRE AL FORN S/ALL AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA PERMESA	26 PASTA BLANCA AMB RAIG D'OLI GALL D'INDI A LA PLANXA AMB CARBASSÓ A LA PLANXA FRUITA PERMESA	27 LLENTIES SALTADES AMB CARBASSÓ I RAIG D'OLI TRUITA DE PATATA S/ CEBA AMB AMANIDA D'ENCIAMS FRUITA PERMESA	28 ARRÒS BLANC AMB RAIG D'OLI PEIX FRESC AMB AMANIDA D'ENCIAMS I OGURT NATURAL S/SUCRE	29 CREMA DE CARBASSÓ S/ CEBA MAGRA DE PORC AL FORN AMB PATATA FRUITA PERMESA

Tots els àpats s'acompanyen d'aigua i pa blanc o integral a escollir  
L'oli utilitzat per amanir és oli d'oliva verge


El menú està adaptat als corresponents canvis per a l'alumnat amb al·lèrgies o intoleràncies alimentàries

Tots els menús de REVISA han estat elaborats per la Dietista-Nutricionista col·legiada Marta Bernal  
CAT001003

FRUITES DE TEMPORADA

AVIRAM I CARNES DE PROXIMITAT



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 <b>FESTIU</b>
4 LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA DE TEMPORADA	5 ARRÒS AMB TONYINA, BLAT DE MORO I TOMÀQUET POLLASTRE A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA IOGURT	6 CREMA DE VERDURES DE PRIMAVERA MAGRA DE PORC A LA PLANXA AMB PATATES FREGIDES FRUITA DE TEMPORADA	7 <b>JORNADA GASTRONÒMICA TURCA</b> AMANIDA DE COUS COUS SHISH KEBAB DE VEDELLA FRUITA DE TEMPORADA	8 AMANIDA RUSSA LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DE TEMPORADA
11 ARRÒS 3 DELÍCIES CROQUETES DE PERNIL AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DE TEMPORADA	12 MONGETA VERDA AMB PATATA PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA DE TEMPORADA	13 <b>DIA DE PROTEÏNA VEGETAL</b> CREMA DE PASTANAGA AMANIDA DE LLENTIES I ARRÒS FRUITA DE TEMPORADA	14 MACARRONS A LA CARBONARA SALMÓ AL FORN AMB AMANIDA DE TOMÀQUET I OLIVES FRUITA DE TEMPORADA	15 AMANIDA DE MONGETES BLANQUES TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA IOGURT
18 ESPAGUETIS AL PESTO <i>SI PIPES</i> LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA DE TEMPORADA	19 PÈSOLS AMB PATATA TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DE TEMPORADA	20 ARRÒS A LA NAPOLITANA PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO IOGURT	21 CIGRONS SALTATS AMB PERNIL TONYINA AMB SALSINA DE TOMÀQUET FRUITA DE TEMPORADA	22 BRÒQUIL SALTAT AMB ALLETS SALSITXES DE PORC AL FORN AMB PURÉ DE PATATES FRUITA DE TEMPORADA
25 MINESTRA DE VERDURES POLLASTRE A L'ALLET AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA DE TEMPORADA	26 AMANIDA DE PASTA GALL D'INDI ESTOFAT AMB VERDURETES FRUITA DE TEMPORADA	27 LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSÓ TRUITA DE PATATA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DE TEMPORADA	28 ARRÒS DE VERDURES PEIX FRESC AMB AMANIDA D'ENCIAMS IOGURT	29 CREMA DE CARBASSA MAGRA DE PORC AL FORN AMB MONGETES SEQUES SALTADES FRUITA DE TEMPORADA

Tots els àpats s'acompanyen d'aigua i pa blanc o integral a escollir  
L'oli utilitzat per amanir és oli d'oliva verge

El menú està adaptat als corresponents canvis per a l'alumnat amb al·lèrgies o intoleràncies alimentàries

Tots els menús de REVISA han estat elaborats per la Dietista-Nutricionista col·legiada Marta Bernal  
CAT001003

FRUITES DE TEMPORADA

AVIRAM I CARNES DE PROXIMITAT

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
---------	---------	----------	--------	-----------



<p>4</p> <p><b>CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES</b></p> <p>TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>5</p> <p>ARRÒS AMB TONYINA, BLAT DE MORO I TOMÀQUET</p> <p>POLLASTRE A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA</p> <p>IOGURT</p>	<p>6</p> <p>CREMA DE VERDURES DE PRIMAVERA</p> <p>MAGRA DE PORC A LA PLANXA AMB PATATES FREGIDES</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>7</p> <p><b>JORNADA GASTRONÒMICA TURCA</b></p> <p>ARRÒS DE VERDURES</p> <p>SHISH KEBAB DE VEDELLA S/ GLUTEN (S/TORTILLA)</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>1</p> <p><b>FESTIU</b></p>
<p>11</p> <p>ARRÒS 3 DELÍCIES</p> <p><b>CROQUETES S/ GLUTEN</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>12</p> <p>MONGETA VERDA AMB PATATA</p> <p>PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>13</p> <p><b>DIA DE PROTEÏNA VEGETAL</b></p> <p>CREMA DE PASTANAGA</p> <p><b>CIGRONS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET</b></p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>14</p> <p><b>PASTA S/ GLUTEN A LA CARBONARA</b></p> <p>SALMÓ AL FORN AMB AMANIDA DE TOMÀQUET I OLIVES</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>8</p> <p>AMANIDA RUSSA</p> <p>LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>
<p>18</p> <p><b>PASTA S/ GLUTEN AL PESTO DE PIPES</b></p> <p>LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>19</p> <p>PÈSOLS AMB PATATA</p> <p>TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>20</p> <p>ARRÒS A LA NAPOLITANA</p> <p>PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO</p> <p>IOGURT</p>	<p>21</p> <p>CIGRONS SALTATS AMB PERNIL</p> <p>TONYINA AMB SALSA DE TOMÀQUET</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>15</p> <p>AMANIDA DE MONGETES BLANQUES</p> <p>TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA</p> <p>IOGURT</p>
<p>25</p> <p>MINISTRA DE VERDURES</p> <p>POLLASTRE A L'ALLET AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>26</p> <p><b>AMANIDA DE PASTA S/ GLUTEN</b></p> <p>GALL D'INDI ESTOFAT AMB VERDURETES</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>27</p> <p><b>CIGRONS ESTOFATS AMB CARBASSÓ</b></p> <p>TRUITA DE PATATA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>28</p> <p>ARRÒS DE VERDURES</p> <p><b>PEIX FRESC AL FORN</b> AMB AMANIDA D'ENCIAMS</p> <p>IOGURT</p>	<p>22</p> <p>BRÒQUIL SALTAT AMB ALLETS</p> <p>SALSITXES DE PORC AL FORN AMB PURÉ DE PATATES</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>
<p>25</p> <p>MINISTRA DE VERDURES</p> <p>POLLASTRE A L'ALLET AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>26</p> <p><b>AMANIDA DE PASTA S/ GLUTEN</b></p> <p>GALL D'INDI ESTOFAT AMB VERDURETES</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>27</p> <p><b>CIGRONS ESTOFATS AMB CARBASSÓ</b></p> <p>TRUITA DE PATATA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>	<p>28</p> <p>ARRÒS DE VERDURES</p> <p><b>PEIX FRESC AL FORN</b> AMB AMANIDA D'ENCIAMS</p> <p>IOGURT</p>	<p>29</p> <p>CREMA DE CARBASSA</p> <p>MAGRA DE PORC AL FORN AMB MONGETES SEQUES SALTADES</p> <p>FRUITA DE TEMPORADA</p>

Tots els àpats s'acompanyen d'aigua i pa blanc o integral a escollir  
L'oli utilitzat per amanir és oli d'oliva verge  
El menú està adaptat als corresponents canvis per a l'alumnat amb al·lèrgies o intoleràncies alimentàries

Tots els menús de REVISA han estat elaborats per la Dietista-Nutricionista col·legiada Marta Bernal  
CAT001003

FRUITES DE TEMPORADA

AVIRAM I CARNES DE PROXIMITAT



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



1

FESTIU

4

LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES  
TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE  
FRUITA DE TEMPORADA

5

ARRÒS AMB TONYINA, BLAT DE MORO I TOMÀQUET  
POLLASTRE A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA  
IOGURT S/LACTOSA

6

CREMA DE VERDURES DE PRIMAVERA  
MAGRA DE PORC A LA PLANXA AMB PATATES FREGIDES  
FRUITA DE TEMPORADA

7

JORNADA GASTRONÒMICA TURCA  
AMANIDA DE COUS COUS  
SHISH KEBAB DE VEDELLA S/ LACTOSA  
FRUITA DE TEMPORADA

8

AMANIDA RUSSA  
LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES  
FRUITA DE TEMPORADA

11

ARRÒS 3 DELÍCIES  
LLOM DE PORC A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO  
FRUITA DE TEMPORADA

12

MONGETA VERDA AMB PATATA  
PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE  
FRUITA DE TEMPORADA

13

DIA DE PROTEÏNA VEGETAL  
CREMA DE PASTANAGA  
AMANIDA DE LLENTIES I ARRÒS  
FRUITA DE TEMPORADA

14

MACARRONS AMB SALSA DE TOMÀQUET  
SALMÓ AL FORN AMB AMANIDA DE TOMÀQUET I OLIVES  
FRUITA DE TEMPORADA

15

AMANIDA DE MONGETES BLANQUES  
TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA  
IOGURT S/ LACTOSA

18

ESPAGUETIS AL PESTO DE PIPES S/ FORMATGE  
LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE  
FRUITA DE TEMPORADA

19

PÈSOLS AMB PATATA  
TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES  
FRUITA DE TEMPORADA

20

ARRÒS A LA NAPOLITANA  
PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO  
IOGURT S/ LACTOSA

21

CIGRONS SALTATS AMB PERNIL  
TONYINA AMB SALSA DE TOMÀQUET  
FRUITA DE TEMPORADA

22

BRÒQUIL SALTAT AMB ALLETS  
SALSITXES DE PORC AL FORN AMB PATATES AL FORN  
FRUITA DE TEMPORADA

25

MINESTRA DE VERDURES  
POLLASTRE A L'ALLET AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE  
FRUITA DE TEMPORADA

26

AMANIDA DE PASTA  
GALL D'INDI ESTOFAT AMB VERDURETES  
FRUITA DE TEMPORADA

27

LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSÓ  
TRUITA DE PATATA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET  
FRUITA DE TEMPORADA

28

ARRÒS DE VERDURES  
PEIX FRESC AMB AMANIDA D'ENCIAMS  
IOGURT S/ LACTOSA

29

CREMA DE CARBASSA  
MAGRA DE PORC AL FORN AMB MONGETES SEQUES SALTADES  
FRUITA DE TEMPORADA

Tots els àpats s'acompanyen d'aigua i pa blanc o integral a escollir  
L'oli utilitzat per amanir és oli d'oliva verge


El menú està adaptat als corresponents canvis per a l'alumnat amb al·lèrgies o intoleràncies alimentàries

Tots els menús de REVISA han estat elaborats per la Dietista-Nutricionista col·legiada Marta Bernal  
CAT001003

FRUITES DE TEMPORADA

AVIRAM I CARNES DE PROXIMITAT

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
---------	---------	----------	--------	-----------

				1 <b>FESTIU</b>
4 LLENTIES AMB RAIG D'OLI D'OLIVA TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA PERMESA	5 ARRÒS AMB TONYINA I OLIVES POLLASTRE A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAMS IOGURT NATURAL S/ SUCRE NI LACTOSA	6 CREMA DE CARBASSÓ S/ CEBA MAGRA DE PORC A LA PLANXA AMB PATATES FREGIDES FRUITA PERMESA	7 <b>JORNADA GASTRONÒMICA TURCA</b> COUS COUS AMB RAIG D'OLI S/ HORTALISSES SHISH KEBAB DE VEDELLA S/ CEBA, TOMÀQUET, ALL NI LACTOSA FRUITA PERMESA	8 PATATA BULLIDA AMB RAIG D'OLI LLUÇ AL FORN S/ ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA PERMESA
11 ARRÒS BLANC AMB RAIG D'OLI LLOM DE PORC A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAMS FRUITA PERMESA	12 BRÒQUIL AMB PATATA PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA PERMESA	13 <b>DIA DE PROTEÏNA VEGETAL</b> CREMA DE CARBASSÓ S/ CEBA LLENTIES AMB ARRÒS AMB RAIG D'OLI D'OLIVA FRUITA PERMESA	14 MACARRONS AMB RAIG D'OLI SALMÓ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA PERMESA	15 LLENTIES AMB RAIG D'OLI D'OLIVA TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAMS IOGURT NATURAL S/ SUCRE NI LACTOSA
18 ESPAGUETIS AMB RAIG D'OLI LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA PERMESA	19 PATATA BULLIDA AMB TONYINA TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA PERMESA	20 ARRÒS BLANC AMB RAIG D'OLI PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAMS IOGURT NATURAL S/ SUCRE NI LACTOSA	21 LLENTIES AMB RAIG D'OLI TONYINA AMB XAMPINYONS SALTATS FRUITA PERMESA	22 BRÒQUIL SALTAT AMB RAIG D'OLI LLOM DE PORC AL FORN AMB PATATES AL FORN FRUITA PERMESA
25 PATATES BULLIDES AMB RAIG D'OLI POLLASTRE AL FORN S/ALL AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA PERMESA	26 PASTA BLANCA AMB RAIG D'OLI GALL D'INDI A LA PLANXA AMB CARBASSÓ A LA PLANXA FRUITA PERMESA	27 LLENTIES SALTDES AMB CARBASSÓ I RAIG D'OLI TRUITA DE PATATA S/ CEBA AMB AMANIDA D'ENCIAMS FRUITA PERMESA	28 ARRÒS BLANC AMB RAIG D'OLI PEIX FRESC AMB AMANIDA D'ENCIAMS IOGURT NATURAL S/SUCRE NI LACTOSA	29 CREMA DE CARBASSÓ S/ CEBA MAGRA DE PORC AL FORN AMB PATATA FRUITA PERMESA



Tots els àpats s'acompanyen d'aigua i pa blanc o integral a escollir  
L'oli utilitzat per amanir és oli d'oliva verge  
El menú està adaptat als corresponents canvis per a l'alumnat amb al·lèrgies o intoleràncies alimentàries

Tots els menús de REVISA han estat elaborats per la Dietista-Nutricionista col·legiada Marta Bernal  
CAT001003

FRUITES DE TEMPORADA

AVIRAM I CARNES DE PROXIMITAT



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 <b>FESTIU</b>
4 FIDEUS D'ARRÒS AMB RAIG D'OLI D'OLIVA ----- TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE ----- FRUITA DE TEMPORADA	5 ARRÒS AMB TONYINA, BLAT DE MORO I TOMÀQUET ----- POLLASTRE A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA ----- IOGURT	6 CREMA DE VERDURES DE PRIMAVERA ----- MAGRA DE PORC A LA PLANXA AMB PATATES FREGIDES ----- FRUITA DE TEMPORADA	7 <b>JORNADA GASTRONÒMICA TURCA</b> ARRÒS DE VERDURES S/ PÈSOLS ----- SHISH KEBAB DE PIT DE POLLASTRE S/ TORTILLA ----- FRUITA DE TEMPORADA	8 AMANIDA RUSSA S/ PÈSOLS ----- LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES ----- FRUITA DE TEMPORADA
11 ARRÒS 3 DELÍCIES S/ PÈSOLS ----- LLOM DE PORC A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO ----- FRUITA DE TEMPORADA	12 MONGETA VERDA AMB PATATA ----- PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE ----- FRUITA DE TEMPORADA	13 <b>DIA DE PROTEÏNA VEGETAL</b> CREMA DE PASTANAGA ----- TRUITA A LA FRANCESA AMB ARRÒS ----- FRUITA DE TEMPORADA	14  FIDEUS D'ARRÒS A LA CARBONARA S/ BACÓ ----- SALMÓ AL FORN AMB AMANIDA DE TOMÀQUET I OLIVES ----- FRUITA DE TEMPORADA	15 CREMA DE PORROS ----- TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA ----- IOGURT
18 FIDEUS D'ARRÒS AL PESTO S/ PIPES ----- LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE ----- FRUITA DE TEMPORADA	19 PATATA BULLIDA AMB TONYINA ----- TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES ----- FRUITA DE TEMPORADA	20 ARRÒS A LA NAPOLITANA ----- PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO ----- IOGURT	21 COL AMB PATATA ----- TONYINA AMB Salsa de TOMÀQUET ----- FRUITA DE TEMPORADA	22 BRÒQUIL SALTAT AMB ALLETS ----- LLOM DE PORC AL FORN AMB PURÉ DE PATATES ----- FRUITA DE TEMPORADA
25 MINESTRA DE VERDURES ----- POLLASTRE A L'ALLET AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE ----- FRUITA DE TEMPORADA	26 AMANIDA DE FIDEUS D'ARRÒS ----- GALL D'INDI ESTOFAT AMB VERDURETES ----- FRUITA DE TEMPORADA	27 ESPINACS A LA CREMA ----- TRUITA DE PATATA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET ----- FRUITA DE TEMPORADA	28 ARRÒS DE VERDURES S/ PÈSOLS ----- PEIX FRESC AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAMS ----- IOGURT	29 CREMA DE CARBASSA ----- MAGRA DE PORC AL FORN AMB PATATA ----- FRUITA DE TEMPORADA

Tots els àpats s'acompanyen d'aigua i pa blanc o integral a escollir  
L'oli utilitzat per amanir és oli d'oliva verge  
El menú està adaptat als corresponents canvis per a l'alumnat amb al·lèrgies o intoleràncies alimentàries

Tots els menús de REVISA han estat elaborats per la Dietista-Nutricionista col·legiada Marta Bernal  
CAT001003

FRUITES DE TEMPORADA

AVIRAM I CARNES DE PROXIMITAT

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

4  
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES  
TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE  
FRUITA DE TEMPORADA

5  
ARRÒS AMB TONYINA, BLAT DE MORO I TOMÀQUET  
POLLASTRE A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA  
IOGURT DE SOJA

6  
CREMA DE VERDURES DE PRIMAVERA  
MAGRA DE PORC A LA PLANXA AMB PATATES FREGIDES  
FRUITA DE TEMPORADA

7  
JORNADA GASTRONÒMICA TURCA  
AMANIDA DE COUS COUS  
SHISH KEBAB DE VEDELLA S/ IOGURT  
FRUITA DE TEMPORADA

8  
AMANIDA RUSSA  
LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES  
FRUITA DE TEMPORADA

11  
ARRÒS 3 DELÍCIES  
LLOM DE PORC A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO  
FRUITA DE TEMPORADA

12  
MONGETA VERDA AMB PATATA  
PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE  
FRUITA DE TEMPORADA

13  
DIA DE PROTEÏNA VEGETAL  
CREMA DE PASTANAGA  
AMANIDA DE LLENTIES I ARRÒS  
FRUITA DE TEMPORADA

14  
MACARRONS AMB SALSAMOLLA DE TOMÀQUET  
SALMÓ AL FORN AMB AMANIDA DE TOMÀQUET I OLIVES  
FRUITA DE TEMPORADA

15  
AMANIDA DE MONGETES BLANQUES  
TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA  
IOGURT DE SOJA

18  
ESPAGUETIS AL PESTO DE PIPES S/ FORMATGE  
LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE  
FRUITA DE TEMPORADA

19  
PÈSOLS AMB PATATA  
TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES  
FRUITA DE TEMPORADA

20  
ARRÒS A LA NAPOLITANA  
PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO  
IOGURT DE SOJA

21  
CIGRONS SALTATS AMB PERNIL  
TONYINA AMB SALSAMOLLA DE TOMÀQUET  
FRUITA DE TEMPORADA

22  
BRÒQUIL SALTAT AMB ALLETS  
SALSITXES DE PORC AL FORN AMB PATATES AL FORN  
FRUITA DE TEMPORADA

25  
MINESTRA DE VERDURES  
POLLASTRE A L'ALLET AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE  
FRUITA DE TEMPORADA

26  
AMANIDA DE PASTA  
GALL D'INDI ESTOFAT AMB VERDURETES  
FRUITA DE TEMPORADA

27  
LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSÓ  
TRUITA DE PATATA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET  
FRUITA DE TEMPORADA

28  
ARRÒS DE VERDURES  
PEIX FRESC AMB AMANIDA D'ENCIAM  
IOGURT DE SOJA

29  
CREMA DE CARBASSA  
MAGRA DE PORC AL FORN AMB MONGETES SEQUES SALTADES  
FRUITA DE TEMPORADA


Tots els àpats s'acompanyen d'aigua i pa blanc o integral a escollir  
L'oli utilitzat per amanir és oli d'oliva verge  
El menú està adaptat als corresponents canvis per a l'alumnat amb al·lèrgies o intoleràncies alimentàries

Tots els menús de REVISA han estat elaborats per la Dietista-Nutricionista col·legiada Marta Bernal CAT001003

FRUITES DE TEMPORADA

AVIRAM I CARNES DE PROXIMITAT

Qui'lèmetro zero a l'Escola

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 <b>FESTIU</b>
4 LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES PIT DE GALL D'INDI A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA DE TEMPORADA	5 ARRÒS AMB TONYINA, BLAT DE MORO I TOMÀQUET POLLASTRE A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA IOGURT	6 CREMA DE VERDURES DE PRIMAVERA MAGRA DE PORC A LA PLANXA AMB PATATES FREGIDES FRUITA DE TEMPORADA	7 <b>JORNADA GASTRONÒMICA TURCA</b> AMANIDA DE COUS COUS SHISH KEBAB DE VEDELLA FRUITA DE TEMPORADA	8 AMANIDA RUSSA S/ MAIONESA LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DE TEMPORADA
11 ARRÒS 3 DELÍCIES S/ OU LLOM DE PORC A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DE TEMPORADA	12 MONGETA VERDA AMB PATATA PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA DE TEMPORADA	13 <b>DIA DE PROTEÏNA VEGETAL</b> CREMA DE PASTANAGA AMANIDA DE LLENTIES I ARRÒS FRUITA DE TEMPORADA	14 PASTA S/ OU A LA CARBONARA SALMÓ AL FORN AMB AMANIDA DE TOMÀQUET I OLIVES FRUITA DE TEMPORADA	15 AMANIDA DE MONGETES BLANQUES S/ OU PIT DE GALL D'INDI A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA IOGURT
18 PASTA S/ OU AL PESTO DE PIPES S/ FORMATGE LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA DE TEMPORADA	19 PÈSOLS AMB PATATA PIT DE GALL D'INDI A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DE TEMPORADA	20 ARRÒS A LA NAPOLITANA PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO IOGURT	21 CIGRONS SALTATS AMB PERNIL TONYINA AMB SALSÀ DE TOMÀQUET FRUITA DE TEMPORADA	22 BRÒQUIL SALTAT AMB ALLETS SALSITXES DE PORC AL FORN AMB PURÉ DE PATATES FRUITA DE TEMPORADA
25 MINESTRA DE VERDURES POLLASTRE A L'ALLET AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA DE TEMPORADA	26 AMANIDA DE PASTA S/ OU GALL D'INDI ESTOFAT AMB VERDURETES FRUITA DE TEMPORADA	27 LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSÓ PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DE TEMPORADA	28 ARRÒS DE VERDURES PEIX FRESC AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAMS IOGURT	29 CREMA DE CARBASSA MAGRA DE PORC AL FORN AMB MONGETES SEQUES SALTADES FRUITA DE TEMPORADA

Tots els àpats s'acompanyen d'aigua i pa blanc o integral a escollir  
L'oli utilitzat per amanir és oli d'oliva verge

El menú està adaptat als corresponents canvis per a l'alumnat amb al·lèrgies o intoleràncies alimentàries

Tots els menús de REVISA han estat elaborats per la Dietista-Nutricionista col·legiada Marta Bernal  
CAT001003

FRUITES DE TEMPORADA

AVIRAM I CARNES DE PROXIMITAT

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
---------	---------	----------	--------	-----------

				1 <b>FESTIU</b>
4 LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA DE TEMPORADA	5 ARRÒS AMB BLAT DE MORO I TOMÀQUET (S/ TONYINA) POLLASTRE A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA IOGURT	6 CREMA DE VERDURES DE PRIMAVERA MAGRA DE PORC A LA PLANXA AMB PATATES FREGIDES FRUITA DE TEMPORADA	7 <b>JORNADA GASTRONÒMICA TURCA</b> AMANIDA DE COUS COUS SHISH KEBAB DE VEDELLA FRUITA DE TEMPORADA	8 AMANIDA RUSSA S/ TONYINA PIT DE GALL D'INDI A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DE TEMPORADA
11 ARRÒS 3 DELÍCIES LLOM DE PORC A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DE TEMPORADA	12 MONGETA VERDA AMB PATATA PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA DE TEMPORADA	13 <b>DIA DE PROTEÏNA VEGETAL</b> CREMA DE PASTANAGA AMANIDA DE LLENTIES I ARRÒS FRUITA DE TEMPORADA	14 MACARRONS A LA CARBONARA PIT DE GALL D'INDI A LA PLANXA AMB AMANIDA DE TOMÀQUET I OLIVES FRUITA DE TEMPORADA	15 AMANIDA DE MONGETES BLANQUES TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA IOGURT
18 ESPAGUETIS AL PESTO DE PIPES PIT DE GALL D'INDI A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA DE TEMPORADA	19 PÈSOLS AMB PATATA TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DE TEMPORADA	20 ARRÒS A LA NAPOLITANA PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO IOGURT	21 CIGRONS SALTATS AMB PERNIL LLOM A LA PLANXA AMB SALSA DE TOMÀQUET FRUITA DE TEMPORADA	22 BRÒQUIL SALTAT AMB ALLETS SALSITXES DE PORC AL FORN AMB PURÉ DE PATATES FRUITA DE TEMPORADA
25 MINESTRA DE VERDURES POLLASTRE A L'ALLET AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA DE TEMPORADA	26 AMANIDA DE PASTA GALL D'INDI ESTOFAT AMB VERDURETES FRUITA DE TEMPORADA	27 LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSÓ TRUITA DE PATATA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DE TEMPORADA	28 ARRÒS DE VERDURES PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAMS IOGURT	29 CREMA DE CARBASSA MAGRA DE PORC AL FORN AMB MONGETES SEQUES SALTADES FRUITA DE TEMPORADA

Tots els àpats s'acompanyen d'aigua i pa blanc o integral a escollir  
L'oli utilitzat per amanir és oli d'oliva verge  
El menú està adaptat als corresponents canvis per a l'alumnat amb al·lèrgies o intoleràncies alimentàries

Tots els menús de REVISA han estat elaborats per la Dietista-Nutricionista col·legiada Marta Bernal  
CAT001003

FRUITES DE TEMPORADA

AVIRAM I CARNES DE PROXIMITAT



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

4  
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES  
TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE  
FRUITA DE TEMPORADA

5  
ARRÒS AMB TONYINA, BLAT DE MORO I TOMÀQUET  
POLLASTRE A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA  
IOGURT

6  
CREMA DE VERDURES DE PRIMAVERA  
PIT DE GALL D'INDI A LA PLANXA AMB PATATES FREGIDES  
FRUITA DE TEMPORADA

7  
JORNADA GASTRONÒMICA TURCA  
AMANIDA DE COUS COUS  
SHISH KEBAB DE VEDELLA  
FRUITA DE TEMPORADA

8  
AMANIDA RUSSA  
LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES  
FRUITA DE TEMPORADA

11  
ARRÒS 3 DELÍCIES  
CROQUETES D'ESPINACS AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO  
FRUITA DE TEMPORADA

12  
MONGETA VERDA AMB PATATA  
PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE  
FRUITA DE TEMPORADA

13  
DIA DE PROTEÏNA VEGETAL  
CREMA DE PASTANAGA  
AMANIDA DE LLENTIES I ARRÒS S/ PERNIL  
FRUITA DE TEMPORADA

14  
MACARRONS A LA CARBONARA S/ BACÒ  
SALMÓ AL FORN AMB AMANIDA DE TOMÀQUET I OLIVES  
FRUITA DE TEMPORADA

15  
AMANIDA DE MONGETES BLANQUES  
TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA  
IOGURT

18  
ESPAGUETIS AL PESTO DE PIPES  
LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE  
FRUITA DE TEMPORADA

19  
PÈSOLS AMB PATATA  
TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES  
FRUITA DE TEMPORADA

20  
ARRÒS A LA NAPOLITANA  
PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO  
IOGURT

21  
CIGRONS AMB ESPINACS  
TONYINA AMB SALSA DE TOMÀQUET  
FRUITA DE TEMPORADA

22  
BRÒQUIL SALTAT AMB ALLETS  
SALSITXES DE POLLASTRE AL FORN AMB PURÉ DE PATATES  
FRUITA DE TEMPORADA

25  
MINESTRA DE VERDURES  
POLLASTRE A L'ALLET AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE  
FRUITA DE TEMPORADA

26  
AMANIDA DE PASTA  
GALL D'INDI ESTOFAT AMB VERDURETES  
FRUITA DE TEMPORADA

27  
LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSÓ  
TRUITA DE PATATA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET  
FRUITA DE TEMPORADA

28  
ARRÒS DE VERDURES  
PEIX FRESC AMB AMANIDA D'ENCIAMS  
IOGURT

29  
CREMA DE CARBASSA  
HAMBURGUESA DE COLIFLOR I FORMATGE AL FORN AMB MONGETES SEQUES SALTADES  
FRUITA DE TEMPORADA

Tots els àpats s'acompanyen d'aigua i pa blanc o integral a escollir  
L'oli utilitzat per amanir és oli d'oliva verge

El menú està adaptat als corresponents canvis per a l'alumnat amb al·lèrgies o intoleràncies alimentàries

Tots els menús de REVISA han estat elaborats per la Dietista-Nutricionista col·legiada Marta Bernal  
CAT001003

FRUITES DE TEMPORADA

AVIRAM I CARNES DE PROXIMITAT



Quilòmetre zero a l'Escola