

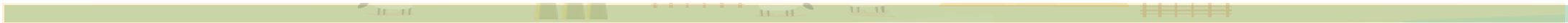


Menú Infantil

LESTONNAC L' ENSENYANÇA

MAIG 2026

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
27 <i>Fruita fresca de temporada: poma, pera, plàtan, meló i sindria</i> <i>La fruita servida podrà variar en funció de la disponibilitat i les al·lèrgies</i>	28	29	30	01 FESTIU
04 DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	05 Llenties estofades amb pastanaga Salsitxes d'au al forn/planxa Carbassó al forn Pa integral i fruita fresca	06 Bròquil saltat Truita de patata Amanida de col amb pastanaga Pa blanc/integral i fruita fresca	07 Espirals integrals napolitana Cigrons amb ceba - Pa integral i fruita fresca	08 Arròs saltat amb pastanaga i pèsols Seitons arrebossats Enciam i tomàquet Pa blanc/integral i fruita fresca
11 Bajoques amb allada i xampinyons Truita de patata i ceba Rodes de tomàquet i olives negres Pa blanc/integral i fruita fresca	12 Arròs integral amb salsa de tomàquet Salmó al forn/planxa Enciam i remolatxa Pa integral i fruita fresca	13 Cigrons estofats amb patates Contraeix de pollastre al forn/planxa Enciam i moresc Pa blanc/integral i fruita fresca	14 Crema de verdures Llenties estofades amb verdures i tofu - Pa integral i fruita fresca	15 MENÚ ESPECIAL SANTA JOANA Espaguetis napolitana Hamburguesa de vedella al forn/planxa Enciam, pastanaga i olives Pa blanc/integral i iogurt natural
18 Amanida d'arròs integral, pastanaga, moresc, tomàquet i olives Estofat de vedella - Pa blanc/integral i fruita fresca	19 Espirals amb salsa de tomàquet Gallineta al fon/planxa Enciam i remolatxa Pa integral i fruita fresca	20 Verdura tricolor al vapor (bajoques, pastanaga i patata) Llenties estofades amb arròs - Pa blanc/integral i fruita fresca	21 Puré de pastanaga i patata Pernilets de pollastre a la llimona Tomàquet amanit amb orenga Pa integral i fruita fresca	22 Mongetes seques estofades amb verdures Truita de patata i ceba Enciam i olives Pa blanc/integral i iogurt natural
25 Llenties estofades amb carbassa Truita de patata i ceba Enciam i moresc Pa blanc/integral i fruita fresca	26 Arròs saltat amb pastanaga i carbassó Contraeix de pollastre al forn/planxa Rodes de tomàquet i olives negres Pa integral i fruita fresca	27 Bajoques amb patates al vapor Cigrons saltats amb ceba i pastanaga - Pa blanc/integral i fruita fresca	28 Crema de carbassó Estofat de porc a la jardineria Patates al forn Pa integral i fruita fresca	29 Espaguetis amb salsa de tomàquet Lluç al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa blanc/integral i iogurt natural



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...	 Per sopar pot ser...		
 Verdura		 Pasta/Arròs	
 Pasta/Arròs		 Verdura	
 Llegums		 Verdura	 Pasta/Arròs

SEGONS PLATS

 Si a l'escola el segon plat era...	 Per sopar pot ser...		
 Ou		 Carn	 Peix
 Peix		 Ou	 Carn
 Llegums		 Peix	 Ou
 Carn		 Ou	 Peix
 Fruita		 Lacti	

Llistat d'al·lèrgens per plat per al Menú Infantil

Et al·lèrgens han estat indicats abans de la compra dels ingredients, però podrien variar segons canvis en proveïdors, productes o disponibilitat. La informació actualitzada estarà disponible cada dia en el menjador.

Dieta	Setmana	Dia	Ordre	Plat	GLUTEN	LLET	OU	PEIX	MOL·LUSCS	CRUSTACIS	CACAEJETS	FRUITES/CÀSCARA	SOJA	SESAM	MOSTASSA	API	FRANJUSCOS	14			
Infantil	Setmana 1	Dilluns	Primer	Bajoques amb patates al vapor																	
			Segon	Estofat de gall dindi																	
			Guarnició	-																	
	Dimarts		Primer	Crema de cigrons																	
			Segon	Lluç al forn amb salsa de llimona	1				4												
			Guarnició	Ceba brasejada																	
	Dimecres		Primer	Espirals saltats amb verdures	1								9		11						
			Segon	Filet de porc al forn/planxa																	
			Guarnició	Enciam i cogombre																	
	Dijous		Primer	Arròs amb salsa de tomàquet																	
			Segon	Remenat de xampinyons				5													
			Guarnició	Enciam i olives																	
	Divendres		Primer	Crema de carbassó																	
			Segon	Mongetes seques saltades amb ceba i pasta																	
			Guarnició	-																	
	Setmana 2	Dilluns		Primer	-																
				Segon	-																
				Guarnició	-																
		Dimarts		Primer	Llenties estofades amb pastanaga	1															
				Segon	Salsetxes d'au al forn/planxa	1	2	3						9							
				Guarnició	Carbassó al forn																
Dimecres			Primer	Bròquil saltat																	
			Segon	Truita de patata				5													
			Guarnició	Amanida de col amb pastanaga																	
Dijous			Primer	Espirals integrals napolitana	1								9		11						
			Segon	Cigrons amb ceba																	
			Guarnició	-																	
Divendres			Primer	Arròs saltat amb pastanaga i pèsols																	
			Segon	Seitons arrebossats																	
			Guarnició	Enciam i tomàquet																	
Setmana 3	Dilluns		Primer	Bajoques amb allada i xampinyons																	
			Segon	Truita de patata i ceba				5													
			Guarnició	Rodes de tomàquet i olives negres																	
	Dimarts		Primer	Arròs integral amb salsa de tomàquet																	
			Segon	Salmó al forn/planxa				4													
			Guarnició	Enciam i remolatxa																	
	Dimecres		Primer	Cigrons estofats amb patates																	
			Segon	Contracuixa de pollastre al forn/planxa																	
			Guarnició	Enciam i moresc																	
	Dijous		Primer	Crema de verdures																	
			Segon	Llenties estofades amb verdures i tofu	1								9								
			Guarnició	-																	
	Divendres		Primer	Espaguetis napolitana	1								9		11						
			Segon	Hamburguesa de vedella al forn/planxa	1	2	3					9									
			Guarnició	Enciam, pastanaga i olives																	
Setmana 4	Dilluns		Primer	Amanida d'arròs integral, pastanaga, moresc																	
			Segon	Estofat de vedella																	
			Guarnició	-																	
	Dimarts		Primer	Espirals amb salsa de tomàquet	1								9		11						
			Segon	Gallineta al forn/planxa																	
			Guarnició	Enciam i remolatxa																	
	Dimecres		Primer	Verdura tricolor al vapor (bajoques, pastanaga)																	
			Segon	Llenties estofades amb arròs	1																
			Guarnició	-																	
	Dijous		Primer	Puré de pastanaga i patata																	
			Segon	Pernilets de pollastre a la llimona																	
			Guarnició	Tomàquet amanit amb orenga																	
	Divendres		Primer	Mongetes seques estofades amb verdures																	
			Segon	Truita de patata i ceba				5													
			Guarnició	Enciam i olives																	
Setmana 5	Dilluns		Primer	Llenties estofades amb carbassa	1																
			Segon	Truita de patata i ceba				5													
			Guarnició	Enciam i moresc																	
	Dimarts		Primer	Arròs saltat amb pastanaga i carbassó																	
			Segon	Contracuixa de pollastre al forn/planxa																	
			Guarnició	Rodes de tomàquet i olives negres																	
	Dimecres		Primer	Bajoques amb patates al vapor																	
			Segon	Cigrons saltats amb ceba i pastanaga																	
			Guarnició	-																	
	Dijous		Primer	Crema de carbassó																	
			Segon	Estofat de porc a la jardineria																	
			Guarnició	Patates al forn																	
	Divendres		Primer	Espaguetis amb salsa de tomàquet	1								9		11						
			Segon	Lluç al forn/planxa				4													
			Guarnició	Enciam i pastanaga																	

a blanc/integral: gluten; Fruita fresca: no conté al·lèrgens; logurt: llet; Pa sense gluten: no conté al·lèrgens. logurt de soja: soja.