



Menú Llar d'infants

LESTONNAC L'ENSENYANÇA

MARÇ 2026

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
02	03	04	05	06
Arròs de muntanya (ceba, tomàquet, pastanaga i xampinyons) Pit de pollastre al forn/planxa Enciam i formatge fresc Pa blanc i fruita fresca	Sopa casolana d'au amb pistons Hamburguesa de vedella al forn/planxa Enciam i formatge fresc Pa integral i fruita fresca	Mongetes seques estofades amb verdures Contracuixa de pollastre al forn/planxa Verdures saltades Pa blanc i fruita fresca	Macarrons amb verdures en salsa de tomàquet (carbassó i albergínia) Lluç al forn amb patata i ceba - Pa blanc i iogurt natural	Minestra de verdures al vapor Trita de patata i ceba Amanida de tomàquet Pa integral i fruita fresca
09	10	11	12	13
Arròs amb salsa de tomàquet Llom al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa blanc i fruita fresca	Llenties estofades amb verdures Pernilets de pollastre al forn a les herbes provençals Enciam i tomàquet Pa integral i fruita fresca	Tallarines amb verdures en salsa de tomàquet (carbassó i albergínia) Lluç al forn/planxa Enciam i moresc Pa blanc i fruita fresca	Crema de verdures amb crostons Pit de gall dindi al forn/planxa Enciam i tomàquet Pa blanc i fruita fresca	Bajoques amb pastanaga al vapor Trita de patata i carxofes Albergínia al forn Pa blanc i iogurt natural
16	17	18	19	20
Llenties estofades amb verduretes Llom al forn/planxa Rodes de tomàquet i olives negres Pa blanc i fruita fresca	Rissoto de carbassa Contracuixa de pollastre al forn/planxa Enciam i moresc Pa integral i fruita fresca	Fideus rossos amb all i oli Lluç al forn/planxa Saltat mediterrani Pa blanc i fruita fresca	MENÚ ESPECIAL SANT JOSEP	Crema de carbassó amb crostons Trita de patata i ceba Pastanaga fresca ratllada Pa blanc i iogurt natural
23	24	25	26	27
Bròquil al vapor amb patates Estofat de vedella amb xampinyons - Pa blanc i fruita fresca	Espaguetis bolonyesa Lluç al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Cigrons estofats amb patates Contracuixa de pollastre al forn/planxa Carbassó al forn Pa blanc i fruita fresca	Sopa casolana d'au amb pistons Trita de patata i ceba Amanida de tomàquet Pa blanc i fruita fresca	Arròs amb salsa de tomàquet Bacallà al forn/planxa Amanida de pastanaga i moresc Pa blanc i iogurt natural
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

Aprenre 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