Menú Triturat

LESTONNAC L'ENSENYANÇA
TARRAGONA

NOVEMBRE 2026

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
02 DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	03 Puré de patata, pastanaga, tomàquet, ceba i vedella (oli d'oliva) Iogurt natural	04 Puré de patata, bajoquetes, pastanaga i pollastre (oli d'oliva) Iogurt natural	05 Puré de patata, carbassa, porro i mongetes seques (oli d'oliva) Iogurt natural	06 Puré de patata, pastanaga, carbassó i lluç (oli d'oliva) Iogurt natural
09 Puré de patata, pastanaga, porro i llenties (oli d'oliva) Iogurt natural	10 Puré de patata, carbassa i pollastre (oli d'oliva) Iogurt natural	11 Puré de patata, bajoquetes, ceba i bacallà (oli d'oliva) Iogurt natural	12 Puré de patata, carbassó, pastanaga i gall dindi (oli d'oliva) Iogurt natural	13 Puré de patata, pastanaga, pèsols i lluç (oli d'oliva) Iogurt natural
16 Puré de patata, pastanaga, coliflor i abadejo (oli d'oliva) Iogurt natural	17 Puré de patata, pèsols, ceba i pollastre (oli d'oliva) Iogurt natural	18 Puré de patata, pastanaga, api i lluç (oli d'oliva) Iogurt natural	19 Puré de patata, carbassó, porro i cigrons (oli d'oliva) Iogurt natural	20 Puré de patata, pastanaga, tomàquet, ceba i vedella (oli d'oliva) Iogurt natural
23 Puré de patata, pastanaga, bròquil i vedella (oli d'oliva) Iogurt natural i	24 Puré de patata, pastanaga, porro i llenties (oli d'oliva) Iogurt natural i	25 Puré de patata, carbassa, ceba i pollastre (oli d'oliva) Iogurt natural i	26 Puré de patata, bajoquetes i gall dindi (oli d'oliva) Iogurt natural i	27 Puré de patata, carbassa, ceba i rap (oli d'oliva) Iogurt natural i
30 Puré de patata, bajoquetes, porro i pollastre (oli d'oliva) Iogurt natural	01	02 *Fruita fresca de temporada: poma, pera, plàtan, taronja i mandarina* *La fruita servida podrà variar en funció de la disponibilitat, i el tall adapatat a la edad garantint en tot cas que es tracta de fruita fresca i de temporada*	03	04

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.

02 Convivència

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

03 Sostenibilitat

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

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 o Pasta/Arròs

SEGONS PLATS

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

Fruita o Lacti