MENÚ JUNY 2026

FUNDACIÓ PERE TARRÉS

OVOLACTOVEGETARIÀ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Coliflor gratinada Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal casolana Fruita de temporada	**2** Cigrons estofats amb verdures Truita de patates amb amanida Fruita de temporada	**3** Amanida d'arròs integral sense tonyina Tofu al forn amb sofregit d'alls i amanida Fruita de temporada	**JORNADA GASTRONÒMICA 4** Amanida Niçoise sense tonyina Crepe de formatge sense pernil amb pastanaga i cogombre Pastís de xocolata	**5** Galets a la norma Seitan a la planxa amb amanida Fruita de temporada
8 Arròs amb salsa de verdures Truita d'espinacs amb amanida Fruita de temporada	**9** Mongeta verda amb patata sense pernil Cigrons amb samfaina i ou dur Fruita de temporada	**10** Amanida de llenties sense tonyina Estofat de seitan amb salsa Fruita de temporada	**11** Crema de pastanaga Truita a la francesa i amanida Iogurt natural	**12** Macarrons integrals amb salsa pesto d'espinacs Tofu a l'andalusa amb amanida Fruita de temporada
15 Minestra de verdures Llenties amb arròs integral Fruita de temporada	**16** Espirals amb salsa de verdures Seitan al forn amb amanida Fruita de temporada	**17** Empedrat de mongetes seques Truita a la francesa amb amanida Fruita de temporada	**18** Arròs integral amb salsa de tomàquet Tofu al forn amb amanida Iogurt natural	**Menú triat pels infants 19** Amanida verda sense tonyina Seitan al forn i xips Fruita de temporada

VACANCES D'ESTIU

S'utilitzarà oli d'oliva verge per amanir i sal iodada per cuinar. S'oferirà un mínim de 2 cops/setmana pa integral. S'oferirà fruita de temporada: poma, pera, kiwi, plàtan, meló, síndria...

Hem arribat al final del curs després de molts dies plens d'aprenentatges, jocs i moments compartits. Ha estat un temps per créixer, descobrir i gaudir junts, tant dins com fora de l'aula. Al menjador, també hem continuat cuidant-nos amb menús equilibrats i saborosos, descobrint nous aliments i reforçant bons hàbits per mantenir-nos sans i amb energia. Ara és moment de descansar, gaudir de l'estiu i del temps amb la família i els amics. Tornarem amb les piles carregades i amb moltes ganes de seguir aprenent. Bon estiu i bon profit!

Menú revisat per Dietista - Nutricionista col·legiada (CAT00660)