MENÚ JUNY 2026

FUNDACIÓ PERE TARRÉS

SENSE LACTOSA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Coliflor amb patata sense formatge Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal casolana formatge sense lactosa Fruita de temporada	**2** Cigrons estofats amb verdures Truita de patates amb amanida Fruita de temporada	**3** Amanida d'arròs integral Rap al forn amb sofregit d'alls i amanida Fruita de temporada	**JORNADA GASTRONÒMICA 4** Amanida Niçoise Llom arrebossat sense al·lèrgens amb pastanaga i cogombre Galetes sense al·lèrgens	**5** Galets a la norma formatge sense lactosa Pollastre al forn amb salsa i verdures Fruita de temporada
8 Arròs amb salsa de verdures Truita d'espinacs amb amanida Fruita de temporada	**9** Mongeta verda amb pernil Cigrons amb samfaina i ou dur Fruita de temporada	**10** Amanida de llenties Estofat de gall dindi amb salsa Fruita de temporada	**11** Crema de pastanaga sense lactis Pernilets de pollastre al forn amb llimona i amanida Iogurt sense lactosa	**12** Macarrons integrals amb salsa pesto d'espinacs formatge sense lactosa Llenguadina a l'andalusa sense al·lèrgens amb amanida Fruita de temporada
15 Minestra de verdures Llenties amb arròs integral Fruita de temporada	**16** Espirals amb salsa de verdures formatge sense lactosa Lluç 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 Gall dindi al forn amb amanida Iogurt sense lactosa	**Menú triat pels infants 19** Amanida verda sense formatge Hamburguesa amb pa i formatge sense lactosa, i xips Fruita de temporada

VACANCES D'ESTIU

S'utilitzarà oli d'oliva verge per amanir i sal iodada per cuinar. S'oferirà pa sense al·lèrgens. S'oferirà fruita de temporada: poma, pera, kiwi, plàtan, meló, síndria...

Es couran els aliments en estris exclusius i es fregiran en oli a part. Es comprovarà que els productes i les receptes elaborades no continguin l'al·lergen no tolerat.

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)