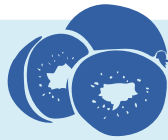


Juny 2026



Per dinar

Dilluns

01

651,64 kcal

Amanida tropical amb llacets de colors

Truita de patata i ceba amb enciam i panses

Fruita ecològica

Dimarts

02

566,48 kcal

Arròs amb tomàquet

Ventresca de lluç al forn amb carbassó

Fruita del temps

Dimecres

03

548,44 kcal

Crema de pastanaga

Espaguetis integrals amb bolonyesa vegetal

Fruita ecològica

Dijous

04

645,16 kcal

Empedrat de mongetes seques

Pollastre arrebossat amb enciam i cogombre amanits

Lacti sostenible

Divendres

05

589,91 kcal

Mongeta verda ecològica, patata i pastanaga

Hamburguesa de vedella ecològica al forn amb tomàquet amanit

Fruita del temps

08

620,63 kcal

Espirals al pesto (oli, alfàbrega i formatge)

Truita de pernil i formatge amb amanida

Lacti sostenible

09

687,82 kcal

Amanida d'arròs integral (tomàquet, blat de moro i olives)

Cigrons estofats amb verdures

Fruita ecològica

10

562,6 kcal

Ensaladilla russa amb maionesa (opcional)

Dauets de gall dindi al forn amb amanida de tomàquet i orenga

Fruita del temps

11

543,09 kcal

Amanida de lleties (daus de tomàquet, cogombre, olives)

Llenguadina al forn amb enciam i pastanaga

Fruita ecològica

12

498,56 kcal

Vichyssoise amb crostons de pa

Contraçuixa de pollastre a la planxa amb enciam de colors

Fruita del temps

15

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

626,57 kcal

Amanida de mongetes seques

Ous durs farcits de tonyina (maionesa opcional) amb enciam amanit

Fruita ecològica

16

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

557,06 kcal

Crema de carbassó amb formatge ratllat

Lleties guisades amb verdures

Fruita del temps

17

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

476,73 kcal

Sopa d'arròs

Filet de lluç al forn amb cogombre, tomàquet, mozzarella i olives

Fruita ecològica

18

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

537,6 kcal

Bròquil amb patata

Pollastre a la llimona amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

19

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

711,16 kcal

MENÚ FINAL DE CURS

Macarrons integrals amb salsa de formatges

Nuggets de pollastre amb amanida de tomàquet, cogombre i orenga

Gelat

Sabies que...

Les cireres de temporada poden ajudar a reduir la inflamació i millorar el descans gràcies a la seva melatonina natural

La nostra dietista Anna Burgués de IADIN ha format part de la seva revisió. L'ensenyem i expliquem a totes les nostres reunions ja que és la base dels nostres menús. Us deixem el link perquè la pugueu consultar:



salutpublica.gencat.cat/

Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles (1 cop/15 dies).

Cada setmana introduïm al menú fruites, productes ecològics certificats pel CCPAE i de producció integrada.

Les fruites de temporada d'hivern i inici de primavera que s'oferiran són: poma, pera, plàtan, taronja, raïm, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per una cooperativa d'inserció social sense afany de lucre.



Juny 2026



Per sopar

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

06

Gaspatxo

Daus de gall dindi al
forn amb carbassó a la
planxa

logurt

07

Pèsols amb patata

Fricandó de vedella

Fruita

08

Amanida d'arròs

Truita d'albergínia amb
enciam, blat de moro i
olives

Fruita

09

Verdura tricolor

Salmó a la planxa amb
tomàquet amanit i
orenga

Fruita

10

Espaguetis a la napolitana

Croquetes vegetals amb
cogombre amanit

Fruita

13

Verdura de temporada
amb patata

Pollastre al forn amb
enciam de colors

Fruita

14

Crema de carbassó

Llom a la planxa amb
enciam i blat de moro

Fruita

15

Macarrons amb salsa de
bolets

Lluç arrebossat amb
canonges, raves i pipes

logurt

16

Arròs saltat amb
verdures

Remenat d'ou amb
espàrrecs

Fruita

17

Hummus amb
hortalisses i bastonets

Crestes casolanes al forn
amb tomàquet amanit

Fruita

20

Espaguetis amb verdures

Bacallà al forn amb llit de
ceba

Fruita

21

Arròs tres delícies

Daus de gall dindi
marinats amb rodanxes
d'albergínia fregida

Fruita

22

Amanida variada

Cigrons saltats amb
verdures

logurt

23

Crema tèbia de
verdures

Truita de carbassó amb
tomàquet amanit

Fruita

24

Amanida d'estiu

Pizza casolana

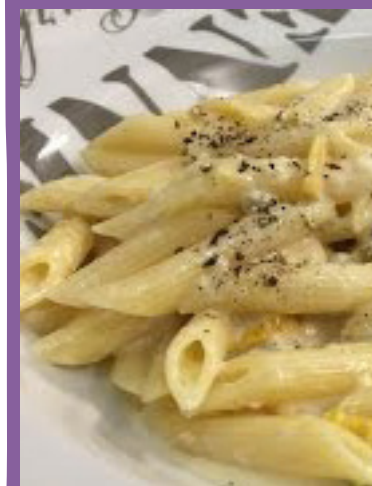
Fruita

Xino Xano receptes

MACARRONS AMB SALSA 4 FORMATGES

Continuem amb les Xino Xano receptes on cada mes us proposem una elaboració del nostre menú de nit perquè pugueu fer participis als vostres infants i fer-la a casa conjuntament.

Us animem a que ens envieu a través de les xarxes socials les vostres elaboracions etiquetant-nos a l'Instagram a @xinoxanolleure



Trobaràs la
recepta al següent
enllaç



Juny 2026



Sense Carn

Dilluns

01

Amanida tropical amb llacets de colors

Truita de patata i ceba amb enciam i panses

Fruita ecològica

Dimarts

02

Arròs amb tomàquet

Ventresca de lluç al forn amb carbassó

Fruita del temps

Dimecres

03

Crema de pastanaga

Espaguetis integrals amb bolonyesa vegetal

Fruita ecològica

Dijous

04

Empedrat de mongetes seques

Truita a la francesa amb enciam i cogombre amanits

Lacti sostenible

Divendres

05

Mongeta verda ecològica, patata i pastanaga

Hamburguesa vegetal amb tomàquet amanit

Fruita del temps

08

Espirals al pesto (oli, alfàbrega i formatge)

Truita de formatge s/permil amb amanida

Lacti sostenible

09

Amanida d'arròs integral (tomàquet, blat de moro i olives)

Cigrons estofats amb verdures s/carn

Fruita ecològica

10

Ensaladilla russa amb maionesa (opcional)

Dauets de tofu al forn amb amanida de tomàquet i orenga

Fruita del temps

Amanida de llenties

11

(daus de tomàquet, cogombre, olives)

Llenguadina al forn amb enciam i pastanaga

Fruita ecològica

12

Vichyssoise amb crostons de pa

Truita de verdures amb enciam de colors

Fruita del temps

15

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Amanida de mongetes seques

Ous durs farcits de tonyina (maionesa opcional) amb enciam amanit

Fruita ecològica

16

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Crema de carbassó amb formatge ratllat

Llenties guisades amb verdures

Fruita del temps

17

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Sopa d'arròs (brou vegetal)

Filet de lluç al forn amb cogombre, tomàquet, mozzarella i olives

Fruita ecològica

18

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Bròquil amb patata

Peix a la llimona amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

19

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

MENÚ FINAL DE CURS

Macarrons integrals amb salsa de formatges

Nuggets vegetals amb amanida de tomàquet, cogombre i orenga

Gelat

Sabies que...

Les cireres de temporada poden ajudar a reduir la inflamació i millorar el descans gràcies a la seva melatonina natural

La nostra dietista Anna Burgués de IADIN ha format part de la seva revisió. L'ensenyem i expliquem a totes les nostres reunions ja que és la base dels nostres menús. Us deixem el link perquè la pugueu consultar:



salutpublica.gencat.cat/

Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles (1 cop/15 dies).

Cada setmana introduïm al menú fruites, productes ecològics certificats pel CCPAE i de producció integrada.

Les fruites de temporada d'hivern i inici de primavera que s'oferiran són: poma, pera, plàtan, taronja, raïm, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per una cooperativa d'inserció social sense afany de lucre.



Juny 2026



Sense carn de porc - Halal

Dilluns

01

Amanida tropical amb llacets de colors

Truita de patata i ceba amb enciam i panses

Fruita ecològica

Dimarts

02

Arròs amb tomàquet

Ventresca de lluç al forn amb carbassó

Fruita del temps

Dimecres

03

Crema de pastanaga

Espaguetis integrals amb bolonyesa vegetal

Fruita ecològica

Dijous

04

Empedrat de mongetes seques

Pollastre **halal** amb enciam i cogombre amanits

Lacti sostenible

Divendres

05

Mongeta verda ecològica, patata i pastanaga

Hamburguesa vegetal amb tomàquet amanit

Fruita del temps

08

Espirals al pesto (oli, alfàbrega i formatge)

Truita de formatge **s/ pernil** amb amanida

Lacti sostenible

09

Amanida d'arròs integral (tomàquet, blat de moro i olives)

Cigrons estofats amb verdures **s/carn**

Fruita ecològica

10

Ensaladilla russa amb maionesa (opcional)

Dauets de gall d'indi **halal** al forn amb amanida de tomàquet i orenga

Fruita del temps

11

Amanida de lleties (daus de tomàquet, cogombre, olives)

Llenguadina al forn amb enciam i pastanaga

Fruita ecològica

12

Vichyssoise amb crostons de pa

contracuixa de pollastre **halal** amb enciam de colors

Fruita del temps

15

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Amanida de mongetes seques

Ous durs farcits de tonyina (maionesa opcional) amb enciam amanit

Fruita ecològica

16

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Crema de carbassó amb formatge ratllat

Lleties guisades amb verdures

Fruita del temps

17

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Sopa d'arròs (**brou vegetal**)

Filet de lluç al forn amb cogombre, tomàquet, mozzarella i olives

Fruita ecològica

18

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Bròquil amb patata

Pollastre **halal** a la llimona amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

19

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

MENÚ FINAL DE CURS

Macarrons integrals amb salsa de formatges

Nuggets **vegetals** amb amanida de tomàquet, cogombre i orenga

Gelat

Sabies que...

Les cireres de temporada poden ajudar a reduir la inflamació i millorar el descans gràcies a la seva melatonina natural

La nostra dietista Anna Burgués de IADIN ha format part de la seva revisió. L'ensenyem i expliquem a totes les nostres reunions ja que és la base dels nostres menús. Us deixem el link perquè la pugueu consultar:



salutpublica.gencat.cat/

Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles (1 cop/15 dies).

Cada setmana introduïm al menú fruites, productes ecològics certificats pel CCPAE i de producció integrada.

Les fruites de temporada d'hivern i inici de primavera que s'oferiran són: poma, pera, plàtan, taronja, raïm, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per una cooperativa d'inserció social sense afany de lucre.



Juny 2026



Ovolàcteo-vegetarià

Dilluns

01
Amanida tropical amb llacets de colors **s/ tonyina**
Trita de patata i ceba amb enciam i panses
Fruita ecològica

Dimarts

02
Arròs amb tomàquet
Daus de tofu al forn amb carbassó
Fruita del temps

Dimecres

03
Crema de pastanaga
Espaguetis integrals amb bolonyesa vegetal
Fruita ecològica

Dijous

04
Empedrat de mongetes seques
Trita a la francesa amb enciam i cogombre amanits
Lacti sostenible

Divendres

05
Mongeta verda ecològica, patata i pastanaga
Hamburguesa vegetal amb tomàquet amanit
Fruita del temps

08
Espirals al pesto (oli, alfàbrega i formatge)
Trita de formatge **s/ pernil** amb amanida
Lacti sostenible

09
Amanida d'arròs integral (tomàquet, blat de moro i olives)
Cigrons estofats amb verdures **s/carn**
Fruita ecològica

10
Ensaladilla russa amb maionesa (opcional) **s/ tonyina**
Dauets de tofu al forn amb amanida de tomàquet i orenga
Fruita del temps

11
Amanida de lleties (daus de tomàquet, cogombre, olives)
Seitan al forn amb enciam i pastanaga
Fruita ecològica

12
Vichyssoise amb crostons de pa
Trita de verdures amb enciam de colors
Fruita del temps

15 **MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA**
Amanida de mongetes seques
Ous durs **s/tonyina (maionesa opcional)** amb enciam amanit
Fruita ecològica

16 **MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA**
Crema de carbassó amb formatge ratllat
Lleties guisades amb verdures **s/carn**
Fruita del temps

17 **MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA**
Sopa d'arròs (**brou vegetal**)
Trita a la francesa amb cogombre, tomàquet, mozzarella i olives
Fruita ecològica

18 **MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA**
Bròquil amb patata
Daus de tofu a la planxa amb amanida d'enciam i blat de moro
Fruita del temps

19 **MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA**
MENÚ FINAL DE CURS
Macarrons integrals amb salsa de formatges
Nuggets vegetals amb amanida de tomàquet, cogombre i orenga
Gelats

Sabies que...

Les cireres de temporada poden ajudar a reduir la inflamació i millorar el descans gràcies a la seva melatonina natural

La nostra dietista Anna Burgués de IADIN ha format part de la seva revisió. L'ensenyem i expliquem a totes les nostres reunions ja que és la base dels nostres menús. Us deixem el link perquè la pugueu consultar:



salutpublica.gencat.cat/

Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles (1 cop/15 dies).

Cada setmana introduïm al menú fruites, productes ecològic certificats pel CCPAE i de producció integrada.

Les fruites de temporada d'hivern i inici de primavera que s'oferiran són: poma, pera, plàtan, taronja, raïm, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per una cooperativa d'inserció social sense afany de lucre.



Juny 2026



Sense gluten

Dilluns

01

Amanida tropical amb pasta s/gluten

Truita de patata i ceba amb enciam i panses

Fruita ecològica

Dimarts

02

Arròs amb tomàquet

Ventresca de lluç al forn amb carbassó

Fruita del temps

Dimecres

03

Crema de pastanaga

Pasta s/gluten amb bolonyesa vegetal

Fruita ecològica

Dijous

04

Empedrat de mongetes seques

Pollastre arrebossat s/gluten amb enciam i cogombre amanits

Lacti sostenible

Divendres

05

Mongeta verda ecològica, patata i pastanaga

Hamburguesa de vedella ecològica al forn amb tomàquet amanit

Fruita del temps

08

Pasta s/gluten al pesto (oli, alfàbrega i formatge)

Truita de pernil i formatge amb amanida

Lacti sostenible

09

Amanida d'arròs integral (tomàquet, blat de moro i olives)

Cigrons estofats amb verdures

Fruita ecològica

10

Ensaladilla russa amb maionesa (opcional)

Dauets de gall dindi al forn amb amanida de tomàquet i orenga

Fruita del temps

11

Amanida de lleties s/gluten (daus de tomàquet, cogombre, olives)

Llenguadina al forn amb enciam i pastanaga

Fruita ecològica

12

Vichyssoise amb crostons de pa s/gluten

Contracuixa de pollastre a la planxa amb enciam de colors

Fruita del temps

15

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Amanida de mongetes seques

Ous durs farcits de tonyina (maionesa opcional) amb enciam amanit

16

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Crema de carbassó amb formatge ratllat

Lleties s/gluten guisades amb verdures

Fruita del temps

17

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Sopa d'arròs (brou s/gluten)

Filet de lluç al forn amb cogombre, tomàquet, mozzarella i olives

Fruita ecològica

18

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Bròquil amb patata

Pollastre a la llimona amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

19

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

MENÚ FINAL DE CURS

Pasta s/gluten amb salsa de formatges

Pollastre arrebossat s/gluten amb amanida de tomàquet, cogombre i orenga

Gelat

Sabies que...

Les cireres de temporada poden ajudar a reduir la inflamació i millorar el descans gràcies a la seva melatonina natural

La nostra dietista Anna Burgués de IADIN ha format part de la seva revisió. L'ensenyem i expliquem a totes les nostres reunions ja que és la base dels nostres menús. Us deixem el link perquè la pugueu consultar:



salutpublica.gencat.cat/

Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles (1 cop/15 dies).

Cada setmana introduïm al menú fruites, productes ecològic certificats pel CCPAE i de producció integrada.

Les fruites de temporada d'hivern i inici de primavera que s'oferiran són: poma, pera, plàtan, taronja, raïm, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per una cooperativa d'inserció social sense afany de lucre.



Juny 2026



Sense lactosa

Dilluns

01
Amanida tropical amb llacets de colors s/ formatge
Truita de patata i ceba amb enciam i panses
Fruita ecològica

Dimarts

02
Arròs amb tomàquet
Ventresca de lluç al forn amb carbassó
Fruita del temps

Dimecres

03
Crema de pastanaga s/ làctics
Espaguetis integrals amb bolonyesa vegetal s/formatge
Fruita ecològica

Dijous

04
Empedrat de mongetes seques
Pollastre arrebossat s/làctics amb enciam i cogombre amanits
logurt sense lactosa

Divendres

05
Mongeta verda ecològica, patata i pastanaga
Hamburguesa de vedella ecològica al forn amb tomàquet amanit
Fruita del temps

08
Espirals al pesto oli i alfàbrega s/ formatge
Truita de pernils/ formatge amb amanida
logurt sense lactosa

09
Amanida d'arròs integral (tomàquet, blat de moro i olives)
Cigrons estofats amb verdures
Fruita ecològica

10
Ensaladilla russa amb maionesa s/làctics (opcional)
Dauets de gall dindi al forn amb amanida de tomàquet i orenga
Fruita del temps

11
Amanida de lleties (daus de tomàquet, cogombre, olives)
Llenguadina al forn amb enciam i pastanaga
Fruita ecològica

12
Vichyssoise s/làctics amb crostons de pa
Contracuixa de pollastre a la planxa amb enciam de colors
Fruita del temps

15 MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA
Amanida de mongetes seques
Ous durs farcits de tonyina (maionesa s/ làctics opcional) amb enciam amanit
Fruita ecològica

16 MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA
Crema de carbassó s/ làctics ni formatge
Llenties guisades amb verdures
Fruita del temps

17 MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA
Sopa d'arròs
Filet de lluç al forn amb cogombre, tomàquet i olives s/mozzarella
Fruita ecològica

18 MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA
Broquil amb patata
Pollastre a la llimona amb amanida d'enciam i blat de moro
Fruita del temps

19 MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA
MENÚ FINAL DE CURS
Macarrons integrals a la napolitana s/ formatge
Pollastre arrebossat s/làctics amb amanida de tomàquet, cogombre i orenga
Gelats s/làctics
Fruita ecològica

Sabies que...

Les cireres de temporada poden ajudar a reduir la inflamació i millorar el descans gràcies a la seva melatonina natural

La nostra dietista Anna Burgués de IADIN ha format part de la seva revisió. L'ensenyem i expliquem a totes les nostres reunions ja que és la base dels nostres menús. Us deixem el link perquè la pugueu consultar:



salutpublica.gencat.cat/

Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles (1 cop/15 dies).

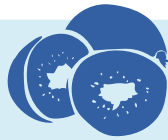
Cada setmana introduïm al menú fruites, productes ecològics certificats pel CCPAE i de producció integrada.

Les fruites de temporada d'hivern i inici de primavera que s'oferiran són: poma, pera, plàtan, taronja, raïm, maduixes...

Els lacticis que oferim són elaborats per una cooperativa d'inserció social sense afany de lucre.



Juny 2026



Sense proteïna de llet de vaca

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

01

Amanida tropical amb llacets de colors s/ formatge

Truita de patata i ceba amb enciam i panses

Fruita ecològica

02

Arròs amb tomàquet

Ventresca de lluç al forn amb carbassó

Fruita del temps

03

Crema de pastanaga s/ làctics

Espaguetis integrals amb bolonyesa vegetal s/formatge

Fruita ecològica

04

Empedrat de mongetes seques

Pollastre arrebossat s/làctics amb enciam i cogombre amanits

Postres de soja

05

Mongeta verda ecològica, patata i pastanaga

Hamburguesa de vedella ecològica al forn amb tomàquet amanit

Fruita del temps

08

Espirals al pesto oli i alfàbrega s/ formatge

Truita de pernils/ formatge amb amanida

Postres de soja

09

Amanida d'arròs integral (tomàquet, blat de moro i olives)

Cigrons estofats amb verdures

Fruita ecològica

10

Ensaladilla russa amb maionesa s/làctics (opcional)

Dauets de gall dindi al forn amb amanida de tomàquet i orenga

Fruita del temps

11

Amanida de lleties (daus de tomàquet, cogombre, olives)

Llenguadina al forn amb enciam i pastanaga

Fruita ecològica

12

Vichyssoise s/làctics amb crostons de pa

Contracuixa de pollastre a la planxa amb enciam de colors

Fruita del temps

15

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Amanida de mongetes seques

Ous durs farcits de tonyina (maionesa s/ làctics opcional) amb enciam amanit

16

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Crema de carbassó s/ làctics ni formatge
Lleties guisades amb verdures

Fruita del temps

17

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Sopa d'arròs

Filet de lluç al forn amb cogombre, tomàquet i olives s/mozzarella

Fruita ecològica

18

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Bròquil amb patata

Pollastre a la llimona amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

19

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

MENÚ FINAL DE CURS

Macarrons integrals a la napolitana s/ formatge

Pollastre arrebossat s/làctics amb amanida de tomàquet, cogombre i orenga
Gelats s/làctics

Sabies que...

Les cireres de temporada poden ajudar a reduir la inflamació i millorar el descans gràcies a la seva melatonina natural

La nostra dietista Anna Burgués de IADIN ha format part de la seva revisió. L'ensenyem i expliquem a totes les nostres reunions ja que és la base dels nostres menús. Us deixem el link perquè la pugueu consultar:



salutpublica.gencat.cat/

Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles (1 cop/15 dies).

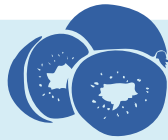
Cada setmana introduïm al menú fruites, productes ecològic certificats pel CCPAE i de producció integrada.

Les fruites de temporada d'hivern i inici de primavera que s'oferiran són: poma, pera, plàtan, taronja, raïm, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per una cooperativa d'inserció social sense afany de lucre.



Juny 2026



Sense peix ni marisc

Dilluns

01

Amanida tropical amb llacets de colors s/ tonyina

Truita de patata i ceba amb enciam i panses

Fruita ecològica

Dimarts

02

Arròs amb tomàquet

Daus de tofu al forn amb carbassó

Fruita del temps

Dimecres

03

Crema de pastanaga

Espaguetis integrals amb bolonyesa vegetal

Fruita ecològica

Dijous

04

Empedrat de mongetes seques s/ peix ni marisc

Pollastre arrebossat amb enciam i cogombre amanits

Lacti sostenible

Divendres

05

Mongeta verda ecològica, patata i pastanaga

Hamburguesa de vedella ecològica al forn amb tomàquet amanit

Fruita del temps

08

Espirals al pesto (oli, alfàbrega i formatge)

Truita de pernil i formatge amb amanida

Lacti sostenible

09

Amanida d'arròs integral (tomàquet, blat de moro i olives)

Cigrons estofats amb verdures

Fruita ecològica

10

Ensaladilla russa amb maionesa (opcional) s/ tonyina

Dauets de gall dindi al forn amb amanida de tomàquet i orenga

Fruita del temps

11

Amanida de llenties (daus de tomàquet, cogombre, olives)

Seitan al forn amb enciam i pastanaga

Fruita ecològica

12

Vichyssoise amb crostons de pa

Contraeix de pollastre a la planxa amb enciam de colors

Fruita del temps

15

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Amanida de mongetes seques

Ous durs s/tonyina (maionesa opcional) amb enciam amanit

Fruita ecològica

16

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Crema de carbassó amb formatge ratllat

Llenties guisades amb verdures

Fruita del temps

17

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Sopa d'arròs

Truita a la francesa amb cogombre, tomàquet, mozzarella i olives

Fruita ecològica

18

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Bròquil amb patata

Pollastre a la llimona amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

19

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

MENÚ FINAL DE CURS

Macarrons integrals amb salsa de formatges

Nuggets de pollastre amb amanida de tomàquet, cogombre i orenga

Gelat

Sabies que...

Les cireres de temporada poden ajudar a reduir la inflamació i millorar el descans gràcies a la seva melatonina natural

La nostra dietista Anna Burgués de IADIN ha format part de la seva revisió. L'ensenyem i expliquem a totes les nostres reunions ja que és la base dels nostres menús. Us deixem el link perquè la pugueu consultar:



salutpublica.gencat.cat/

Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles (1 cop/15 dies).

Cada setmana introduïm al menú fruites, productes ecològics certificats pel CCPAE i de producció integrada.

Les fruites de temporada d'hivern i inici de primavera que s'oferiran són: poma, pera, plàtan, taronja, raïm, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per una cooperativa d'inserció social sense afany de lucre.



Juny 2026



Sense llegums

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

01

Amanida tropical amb pasta s/soja

Truita de patata i ceba amb enciam i panses

Fruita ecològica

02

Arròs amb tomàquet

Ventresca de lluç al forn amb carbassó

Fruita del temps

03

Crema de pastanaga

Pasta s/soja amb bolonyesa de carn

Fruita ecològica

04

Amanida d'arros

Pollastre arrebossat amb enciam i cogombre amanits

Lacti sostenible

05

Mongeta verda ecològica, patata i pastanaga

Hamburguesa de vedella ecològica al forn amb tomàquet amanit

Fruita del temps

08

Pasta s/soja al pesto (oli, alfàbrega i formatge)

Truita de pernil i formatge amb amanida

Lacti sostenible

09

Amanida d'arròs integral (tomàquet, blat de moro i olives)

Peix al forn amb verdures

Fruita ecològica

10

Ensaladilla russa amb maionesa (opcional) s/ russa

Dauets de gall dindi al forn amb amanida de tomàquet i orenga

Fruita del temps

11

Amanida de pasta s/soja (daus de tomàquet, cogombre, olives)

Llenguadina al forn amb enciam i pastanaga

Fruita ecològica

12

Vichyssoise amb crostons de pa

Contraeix de pollastre a la planxa amb enciam de colors

Fruita del temps

15

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Amanida d'arros

Ous durs farcits de tonyina (maionesa opcional) amb enciam amanit

Fruita ecològica

16

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Crema de carbassó amb formatge ratllat

Llom a la planxa amb verdures

Fruita del temps

17

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Sopa d'arròs (brou s/ llegum)

Filet de lluç al forn amb cogombre, tomàquet, mozzarella i olives

Fruita ecològica

18

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Bròquil amb patata

Pollastre a la llimona amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

19

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

MENÚ FINAL DE CURS

Pasta s/soja amb salsa de formatges

Pollastre arrebossat s/al·lergens amb amanida de tomàquet, cogombre i orenga

Gelat

Sabies que...

Les cireres de temporada poden ajudar a reduir la inflamació i millorar el descans gràcies a la seva melatonina natural

La nostra dietista Anna Burgués de IADIN ha format part de la seva revisió. L'ensenyem i expliquem a totes les nostres reunions ja que és la base dels nostres menús. Us deixem el link perquè la pugueu consultar:



salutpublica.gencat.cat/

Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles (1 cop/15 dies).

Cada setmana introduïm al menú fruites, productes ecològic certificats pel CCPAE i de producció integrada.

Les fruites de temporada d'hivern i inici de primavera que s'oferiran són: poma, pera, plàtan, taronja, raïm, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per una cooperativa d'inserció social sense afany de lucre.



Juny 2026



Sense fruits secs

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

01

Amanida tropical amb llacets de colors

Truita de patata i ceba amb enciam s/panses

Fruita ecològica

02

Arròs amb tomàquet

Ventresca de lluç al forn amb carbassó

Fruita del temps

03

Crema de pastanaga

Espaguetis integrals amb bolonyesa vegetal s/fruits secs

Fruita ecològica

04

Empedrat de mongetes seques

Pollastre arrebossat s/fruits secs amb enciam i cogombre amanits

Lacti sostenible

05

Mongeta verda ecològica, patata i pastanaga

Hamburguesa de vedella ecològica al forn amb tomàquet amanit

Fruita del temps

08

Espirals al pesto (oli, alfàbrega i formatge) s/fruits secs

Truita de pernil i formatge amb amanida

Lacti sostenible

09

Amanida d'arròs integral (tomàquet, blat de moro i olives)

Cigrons estofats amb verdures s/fruits secs

Fruita ecològica

10

Ensaladilla russa amb maionesa (opcional)

Dauets de gall dindi al forn amb amanida de tomàquet i orenga

Fruita del temps

11

Amanida de lleties (daus de tomàquet, cogombre, olives)

Llengüadina al forn amb enciam i pastanaga

Fruita ecològica

12

Vichyssoise amb crostons de pa

Contracuixa de pollastre a la planxa amb enciam de colors

Fruita del temps

15

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Amanida de mongetes seques

Ous durs farcits de tonyina (maionesa opcional) amb enciam amanit

16

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Crema de carbassó amb formatge ratllat

Lleties guisades amb verdures s/fruits secs

Fruita del temps

17

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Sopa d'arròs

Filet de lluç al forn amb cogombre, tomàquet, mozzarella i olives

Fruita ecològica

18

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Bròquil amb patata

Pollastre a la llimona amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

19

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

MENÚ FINAL DE CURS

Macarrons integrals amb salsa de formatges

Pollastre arrebossat s/fruits secs amb amanida de tomàquet, cogombre i orenga

Gelat

Sabies que...

Les cireres de temporada poden ajudar a reduir la inflamació i millorar el descans gràcies a la seva melatonina natural

La nostra dietista Anna Burgués de IADIN ha format part de la seva revisió. L'ensenyem i expliquem a totes les nostres reunions ja que és la base dels nostres menús. Us deixem el link perquè la pugueu consultar:



salutpublica.gencat.cat/

Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles (1 cop/15 dies).

Cada setmana introduïm al menú fruites, productes ecològics certificats pel CCPAE i de producció integrada.

Les fruites de temporada d'hivern i inici de primavera que s'oferiran són: poma, pera, plàtan, taronja, raïm, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per una cooperativa d'inserció social sense afany de lucre.



Juny 2026



Sense ou

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

01

Amanida tropical amb pasta s/ou

Gall d'indi a la planxa amb enciam i panses

Fruita ecològica

02

Arròs amb tomàquet

Ventresca de lluç al forn amb carbassó

Fruita del temps

03

Crema de pastanaga

Pasta s/ou amb bolonyesa vegetal

Fruita ecològica

04

Empedrat de mongetes seques

Pollastre arrebossat s/ou amb enciam i cogombre amanits

Lacti sostenible

05

Mongeta verda ecològica, patata i pastanaga

Hamburguesa de vedella ecològica al forn amb tomàquet amanit

Fruita del temps

08

Pasta s/ou al pesto (oli, alfàbrega i formatge)

Peix a la planxa amb amanida

Lacti sostenible

09

Amanida d'arròs integral (tomàquet, blat de moro i olives)

Cigrons estofats amb verdures

Fruita ecològica

10

Ensaladilla russa s/ou ni maionesa

Dauets de gall dindi al forn amb amanida de tomàquet i orenga

Fruita del temps

11

Amanida de lleties (daus de tomàquet, cogombre, olives)

Llenguadina al forn amb enciam i pastanaga

Fruita ecològica

12

Vichyssoise amb crostons de pa

Contraeix de pollastre a la planxa amb enciam de colors

Fruita del temps

15

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Amanida de mongetes seques

Peix a la planxa amb enciam amanit

Fruita ecològica

16

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Crema de carbassó amb formatge ratllat

Lleties guisades amb verdures

Fruita del temps

17

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Sopa d'arròs

Filet de lluç al forn amb cogombre, tomàquet, mozzarella i olives

Fruita ecològica

18

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

Bròquil amb patata

Pollastre a la llimona amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

19

MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA

MENÚ FINAL DE CURS

Pasta s/ou amb salsa de formatges

Pollastre arrebossat s/ou amb amanida de tomàquet, cogombre i orenga

Gelat

Sabies que...

Les cireres de temporada poden ajudar a reduir la inflamació i millorar el descans gràcies a la seva melatonina natural

La nostra dietista Anna Burgués de IADIN ha format part de la seva revisió. L'ensenyem i expliquem a totes les nostres reunions ja que és la base dels nostres menús. Us deixem el link perquè la pugueu consultar:



salutpublica.gencat.cat/

Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles (1 cop/15 dies).

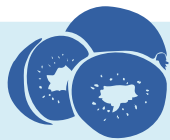
Cada setmana introduïm al menú fruites, productes ecològics certificats pel CCPAE i de producció integrada.

Les fruites de temporada d'hivern i inici de primavera que s'oferiran són: poma, pera, plàtan, taronja, raïm, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per una cooperativa d'inserció social sense afany de lucre.



Juny 2026



Diabetes 4R

Dilluns

01
Amanida tropical amb llacets de colors (100g pasta - 2R)
Truita de patata (35g patata fregida pes cuit - 1R) i ceba amb enciam s/panses
Fruita ecològica (1R) / NO PA

Dimarts

02
Arròs amb tomàquet (120g arròs pes cuit - 3R)
Ventresca de lluç al forn amb carbassó
Fruita del temps (1R) / NO PA

Dimecres

03
Crema de pastanaga (s/patata)
Espaguetis integrals amb bolonyesa vegetal (125g pasta - 2,5R HC i 25g llenties - 0,5R)
Fruita ecològica (1R) / NO PA

Dijous

04
Empedrat de mongetes seques (125g llegum - 2,5R)
Pollastre a la planxa amb enciam i cogombre amanits
Lacti sostenible sense sucre (0,5R) / PA (20g - 1R)

Divendres

05
Mongeta verda ecològica, patata i pastanaga (100g patata pes cuit - 2R)
Hamburguesa de vedella ecològica al forn amb tomàquet amanit
Fruita del temps (1R) / PA (20g - 1R)

08
Espirals al pesto (oli, alfàbrega i formatge) (150g pasta - 3R)
Truita de pernil i formatge amb amanida
Lacti sostenible sense sucre (0,5R) / PA (10g - 0,5R)

09
Amanida d'arròs integral (tomàquet, blat de moro i olives) (40g arròs - 1R)
Cigrons estofats amb verdures (100g llegum - 2R)
Fruita ecològica (1R) / NO PA

10
Ensaladilla russa amb maionesa (opcional) (50g pèsols - 0,5R i 75g patata pes cuit - 1,5R)
Dauets de gall dindi al forn amb amanida de tomàquet i orenga
Fruita del temps (1R) / PA (20g - 1R)

11
Amanida de llenties (daus de tomàquet, cogombre, olives) (100g llegum - 2R)
Llenguadina al forn amb enciam i pastanaga
Fruita ecològica (1R) / PA (20g - 1R)

12
Vichyssoise amb crostons de pa (50g patata pes cuit - 1R, 15g pa torrat - 1R)
Contraeixu de pollastre a la planxa amb enciam de colors
Fruita del temps (1R) / PA (20g - 1R)

15
MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA
Amanida de mongetes seques (100g llegum - 2R)
Ous durs farcits de tonyina (maionesa opcional) amb enciam amanit
Fruita ecològica (1R) / PA (20g - 1R)

16
MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA
Crema de carbassó amb formatge ratllat (s/patata)
Llenties guisades amb verdures (150g llegum - 3R)
Fruita del temps (1R) / NO PA

17
MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA
Sopa d'arròs (80g arròs pes cuit - 2R)
Filet de lluç al forn amb cogombre, tomàquet, mozzarella i olives
Fruita ecològica (1R) / PA (20g - 1R)

18
MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA
Bròquil amb patata (100g patata pes cuit - 2R)
Pollastre a la llimona amb amanida d'enciam i blat de moro
Fruita del temps (1R) / PA (20g - 1R)

19
MENÚ ESCOLLIT PELS INFANTS DE L'ESCOLA FARIGOLA
MENÚ FINAL DE CURS
Macarrons integrals amb salsa de formatges (125g pasta - 2,5R)
Pollastre a la planxa amb amanida de tomàquet, cogombre i orenga
Gelats (1,5R) / NO PA

Sabies que...

Les cireres de temporada poden ajudar a reduir la inflamació i millorar el descans gràcies a la seva melatonina natural

La nostra dietista Anna Burgués de IADIN ha format part de la seva revisió. L'ensenyem i expliquem a totes les nostres reunions ja que és la base dels nostres menús. Us deixem el link perquè la pugueu consultar:



salutpublica.gencat.cat/

Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles (1 cop/15 dies).

Cada setmana introduïm al menú fruites, productes ecològics certificats pel CCPAE i de producció integrada.

Les fruites de temporada d'hivern i inici de primavera que s'oferiran són: poma, pera, plàtan, taronja, raïm, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per una cooperativa d'inserció social sense afany de lucre.

