MENÚ SENSE FRUITS SECS, TOMÀQUET, PEBROT, LTP NI ROSÀCIES. FRUITA SEMPRE PELADA - JUNY 2025
ESCOLA VEDRUNA TÀRREGA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
LA FRUITA ÉS DE TEMPORADA. LA VARIETAT D'AQUEST MES : POMA, PERA, PLÀTAN, SÍNDRIA I MELÓ. De temporada	**EL PA ÉS LOCAL I ESTA INCLÒS EN TOTS ELS ÀPATS. OFERIM PA INTEGRAL.**	**L'OLI D'OLIVA QUE ES SERVEIX PER AMANIR ÉS VERGE EXTRA.** Oli d'oliva verge extra		
2	**3**	**4**	**5**	**6**
Vichyssoise Pollastre rostit amb herbes aromàtiques i amanida d'enciam Fruita del temps pelada (no préssec, nectarina, albercoco, prunes, paraguaià, maduixes ni cireres)	Espirals **ECO** amb oli d'oliva Filet d'abadejo al forn amb picada d'all i julivert i amanida d'enciam Producte ecològic Fruita del temps pelada (no préssec, nectarina, albercoco, prunes, paraguaià, maduixes ni cireres)	Arròs amb cabrassó Cinta de llom a la planxa amb amanida d'enciam Fruita del temps pelada (no préssec, nectarina, albercoco, prunes, paraguaià, maduixes ni cireres)	Llenties bullides Truita a la francesa amb amanida d'enciams variats Iogurt natural La Fageda	Mongeta verda amb patata Daus de gall dindi amb carbassó Fruita del temps pelada (no préssec, nectarina, albercoco, prunes, paraguaià, maduixes ni cireres)
9	**10**	**11**	**12**	**13**
Macarrons en blanc amb oli d'oliva Cinta de llom a la planxa amb amanida d'enciam Fruita del temps pelada (no préssec, nectarina, albercoco, prunes, paraguaià, maduixes ni cireres)	Mongeta verda amb patata Pit de pollastre amb salsa de formatges Fruita del temps pelada (no préssec, nectarina, albercoco, prunes, paraguaià, maduixes ni cireres)	Amanida de patata Assortit de fregits amb amanida d'enciam Fruita del temps pelada (no préssec, nectarina, albercoco, prunes, paraguaià, maduixes ni cireres)	Crema de carbassó Truita de patata i carbassó amb amanida d'enciam Iogurt natural La Fageda	Arròs en blanc amb oli d'oliva Salmó al forn amb fines herbes base de patata Fruita del temps pelada (no préssec, nectarina, albercoco, prunes, paraguaià, maduixes ni cireres)
16	**17**	**18**	**19**	**20**
Llenties bullides Cinta de llom a la planxa amb amanida d'enciams variats Fruita del temps pelada (no préssec, nectarina, albercoco, prunes, paraguaià, maduixes ni cireres)	Crema de carbassó Truita de patata amb amanida d'enciam Fruita del temps pelada (no préssec, nectarina, albercoco, prunes, paraguaià, maduixes ni cireres)	Espaguetis **ECO** en blanc amb formatge ratllat Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam Fruita del temps pelada (no préssec, nectarina, albercoco, prunes, paraguaià, maduixes ni cireres) Producte ecològic	Mongeta verda amb patata Pit de gall dindi a la planxa amb amanida d'enciam Fruita del temps pelada (no préssec, nectarina, albercoco, prunes, paraguaià, maduixes ni cireres)	**JORNADA FÍ DE CURS** **Pokeball** **Twister chicken** **Natural Yogurt** Estiu

Aquest menú és sa i equilibrat, dissenyat pels nostres experts nutricionistes.

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 va ser...		Per sopar pot ser...
Ou	>	carn o Peix
Peix	>	Ou o carn
Llegums	>	Verdura o Ou
carn	>	Ou o Peix

Fruita o Lacti

MENÚ SENSE LACTOSA NI PLV - JUNY 2025 ESCOLA VEDRUNA TÀRREGA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
LA FRUITA ÉS DE TEMPORADA. LA VARIETAT D'AQUEST MES : POMA, PERA, PLÀTAN, SÍNDRIA I MELÓ. De temporada	**EL PA ÉS LOCAL I ESTA INCLÒS EN TOTS ELS ÀPATS. OFERIM PA INTEGRAL.**	**L'OLI D'OLIVA QUE ES SERVEIX PER AMANIR ÉS VERGE EXTRA.** Oli d'oliva verge extra		
2 Vichyssoise (s/làctics) Pollastre rostit amb herbes aromàtiques i amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	3 Amanida de pasta **ECO** s/salses Filet d'abadejo al forn amb picada d'all i julivert i amanida d'enciam i pastanaga ratllada Producte ecològic	4 Arròs amb salsa de tomàquet Cinta de llom amb salsa de ceba i daus de pastanaga Fruita del temps	5 Llenties amb verdures Truita a la francesa amb amanida d'enciams variats Iogurt de soja	6 Bròquil amb patata Daus de gall dindi amb pisto de verdures Fruita del temps
9 Amanida complerta amb ou dur Macarrons amb tonyina Fruita del temps	10 Verdura tricolor amb sofregit d'all Pit de pollastre amb salsa de ceba Fruita del temps	11 Amanida de patata s/salses Abadejo a la planxa amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	12 Cigrons guisats Truita de patata i carbassó amb amanida de tomàquet i olives Iogurt de soja	13 Amanida d'arròs s/salses Salmó al forn amb fines herbes base de patata i ceba Fruita del temps
16 Empedrat de llenties Cinta de llom a la planxa amb amanida d'enciams variats Fruita del temps	17 Crema de carbassó amb crostonets de pa (s/làctics) Truita de patata i ceba amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	18 Espaguetis **ECO** amb salsa de tomàquet Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps Producte ecològic	19 Amanida russa amb oli d'oliva Pit de gall dindi amb salsa de tomàquet Fruita del temps	20 **JORNADA FÍ DE CURS** **Pokeball** **Twister chicken** **Soy Yogurt** Estiu

Aquest menú és sa i equilibrat, dissenyat pels nostres experts nutricionistes.

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

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 va ser...		Per sopar pot ser...
Ou	>	carn o Peix
Peix	>	Ou o carn
Llegums	>	Verdura o Ou
carn	>	Ou o Peix

Fruita o Lacti

MENÚ SENSE FRUCTOSA - JUNY 2025 ESCOLA VEDRUNA TÀRREGA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
LA FRUITA ÉS DE TEMPORADA. LA VARIETAT D'AQUEST MES : POMA, PERA, PLÀTAN, SÍNDRIA I MELÓ. De temporada	**EL PA ÉS LOCAL I ESTA INCLÒS EN TOTS ELS ÀPATS. OFERIM PA INTEGRAL.**	**L'OLI D'OLIVA QUE ES SERVEIX PER AMANIR ÉS VERGE EXTRA.** Oli d'oliva verge extra		
2	**3**	**4**	**5**	**6**
Crema de patata Pollastre rostit amb herbes aromàtiques i amanida d'enciam Fruita del temps (taronja, mandarina, plátan verd, síndria, meló, préssec, albercoc i maduixes)	Espirals ECO amb oli d'oliva Filet d'abadejo al forn amb amanida d'enciam Fruita del temps (taronja, mandarina, plátan verd, síndria, meló, préssec, albercoc i maduixes) Producte ecològic	Arròs amb carbassó Cinta de llom a la planxa amb amanida d'enciam Fruita del temps (taronja, mandarina, plátan verd, síndria, meló, préssec, albercoc i maduixes)	Llenties amb verdures Truita a la francesa amb amanida d'enciams variats Iogurt natural La Fageda	Bròquil amb patata Daus de gall dindi amb carbassó Fruita del temps (taronja, mandarina, plátan verd, síndria, meló, préssec, albercoc i maduixes)
9	**10**	**11**	**12**	**13**
Macarrons en blanc amb oli d'oliva Cinta de llom a la planxa amb amanida d'enciam Fruita del temps (taronja, mandarina, plátan verd, síndria, meló, préssec, albercoc i maduixes)	Mongeta verda amb patata Pit de pollastre amb salsa de formatges Fruita del temps (taronja, mandarina, plátan verd, síndria, meló, préssec, albercoc i maduixes)	Amanida de patata Assortit de fregits amb amanida d'enciam Fruita del temps (taronja, mandarina, plátan verd, síndria, meló, préssec, albercoc i maduixes)	Crema de carbassó Truita de patata i carbassó amb amanida d'enciam Iogurt natural La Fageda	Arròs en blanc amb oli d'oliva Salmó al forn amb fines herbes base de patata Fruita del temps (taronja, mandarina, plátan verd, síndria, meló, préssec, albercoc i maduixes)
16	**17**	**18**	**19**	**20**
Empedrat de llenties Cinta de llom a la planxa amb amanida d'enciams variats Fruita del temps (taronja, mandarina, plátan verd, síndria, meló, préssec, albercoc i maduixes)	Crema de carbassó Truita de patata amb amanida d'enciam i olives Fruita del temps (taronja, mandarina, plátan verd, síndria, meló, préssec, albercoc i maduixes)	Espaguetis ECO amb oli d'oliva i formatge ratllat Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam Fruita del temps (taronja, mandarina, plátan verd, síndria, meló, préssec, albercoc i maduixes) Producte ecològic	Mongeta verda amb patata Mandonguilles amb salsa de tomàquet Fruita del temps (taronja, mandarina, plátan verd, síndria, meló, préssec, albercoc i maduixes)	**JORNADA FÍ DE CURS** **Pokeball** **Twister chicken** **Natural Yogurt** Estiu

Aquest menú és sa i equilibrat, dissenyat pels nostres experts nutricionistes.

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

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 va ser...		Per sopar pot ser...
Ou	>	carn o Peix
Peix	>	Ou o carn
Llegums	>	Verdura o Ou
carn	>	Ou o Peix

Fruita o Lacti

MENÚ SENSE PORC NI VEDELLA NI PLV - JUNY 2025 ESCOLA VEDRUNA TÀRREGA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
LA FRUITA ÉS DE TEMPORADA. LA VARIETAT D'AQUEST MES : POMA, PERA, PLÀTAN, SÍNDRIA I MELÓ. De temporada	**EL PA ÉS LOCAL I ESTA INCLÒS EN TOTS ELS ÀPATS. OFERIM PA INTEGRAL.**	**L'OLI D'OLIVA QUE ES SERVEIX PER AMANIR ÉS VERGE EXTRA.** Oli d'oliva verge extra		
2 Vichyssoise (s/làctics) Pollastre rostit amb herbes aromàtiques i amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	**3** Amanida de pasta **ECO** s/salses Filet d'abadejo al forn amb picada d'all i julivert i amanida d'enciam i pastanaga ratllada Producte ecològic	**4** Arròs amb salsa de tomàquet Lluç amb salsa de ceba i daus de pastanaga Fruita del temps	**5** Llenties amb verdures Truita a la francesa amb amanida d'enciams variats Iogurt de soja	**6** Bròquil amb patata Daus de gall dindi amb pisto de verdures Fruita del temps
9 Amanida complerta amb ou dur Macarrons amb tonyina Fruita del temps	**10** Verdura tricolor amb sofregit d'all Pit de pollastre amb salsa de ceba Fruita del temps	**11** Amanida de patata Abadejo al forn amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	**12** Cigrons guisats Truita de patata i carbassó amb amanida de tomàquet i olives Iogurt de soja	**13** Amanida d'arròs s/salses Salmó al forn amb fines herbes base de patata i ceba Fruita del temps
16 Empedrat de llenties Pit de pollastre a la planxa amb amanida d'enciams variats Fruita del temps	**17** Crema de carbassó amb crostonets de pa (s/làctics) Truita de patata i ceba amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	**18** Espaguetis **ECO** amb salsa de tomàquet Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps Producte ecològic	**19** Amanida russa amb oli d'oliva Pit de gall dindi amb salsa de tomàquet Fruita del temps	**20** **JORNADA FÍ DE CURS** **Pokeball** **Twister chicken** **Soy yogurt** Estiu

Aquest menú és sa i equilibrat, dissenyat pels nostres experts nutricionistes.

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

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 va ser...		Per sopar pot ser...
Ou	>	carn o Peix
Peix	>	Ou o carn
Llegums	>	Verdura o Ou
carn	>	Ou o Peix

Fruita o Lacti

MENÚ SENSE LACTOSA - JUNY 2025 ESCOLA VEDRUNA TÀRREGA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
LA FRUITA ÉS DE TEMPORADA. LA VARIETAT D'AQUEST MES : POMA, PERA, PLÀTAN, SÍNDRIA I MELÓ. De temporada	**EL PA ÉS LOCAL I ESTA INCLÒS EN TOTS ELS ÀPATS. OFERIM PA INTEGRAL.**	**L'OLI D'OLIVA QUE ES SERVEIX PER AMANIR ÉS VERGE EXTRA.** Oli d'oliva verge extra		
2 Vichyssoise (s/làctics) Pollastre rostit amb herbes aromàtiques i amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	**3** Amanida de pasta **ECO** s/salses Filet d'abadejo al forn amb picada d'all i julivert i amanida d'enciam i pastanaga ratllada Producte ecològic	**4** Arròs amb salsa de tomàquet Cinta de llom amb salsa de ceba i daus de pastanaga Fruita del temps	**5** Llenties amb verdures Truita a la francesa amb amanida d'enciams variats Iogurt de soja	**6** Bròquil amb patata Daus de gall dindi amb pisto de verdures Fruita del temps
9 Amanida complerta amb ou dur Macarrons amb tonyina Fruita del temps	**10** Verdura tricolor amb sofregit d'all Pit de pollastre amb salsa de ceba Fruita del temps	**11** Amanida de patata s/salses Abadejo a la planxa amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	**12** Cigrons guisats Truita de patata i carbassó amb amanida de tomàquet i olives Iogurt de soja	**13** Amanida d'arròs s/salses Salmó al forn amb fines herbes base de patata i ceba Fruita del temps
16 Empedrat de llenties Cinta de llom a la planxa amb amanida d'enciams variats Fruita del temps	**17** Crema de carbassó amb crostonets de pa (s/làctics) Truita de patata i ceba amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	**18** Espaguetis **ECO** amb salsa de tomàquet Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps Producte ecològic	**19** Amanida russa amb oli d'oliva Mandonguilles s/lactosa amb salsa de tomàquet Fruita del temps	**20** **JORNADA FÍ DE CURS** **Pokeball** **Twister chicken** **Soy Yogurt** Estiu

Aquest menú és sa i equilibrat, dissenyat pels nostres experts nutricionistes.

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

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 va ser...		Per sopar pot ser...
Ou	>	carn o Peix
Peix	>	Ou o carn
Llegums	>	Verdura o Ou
carn	>	Ou o Peix

Fruita o Lacti

MENÚ SENSE OU CRU NI FRUITS SECS - JUNY 2025 ESCOLA VEDRUNA TÀRREGA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
LA FRUITA ÉS DE TEMPORADA. LA VARIETAT D'AQUEST MES : POMA, PERA, PLÀTAN, SÍNDRIA I MELÓ. De temporada	**EL PA ÉS LOCAL I ESTA INCLÒS EN TOTS ELS ÀPATS. OFERIM PA INTEGRAL.**	**L'OLI D'OLIVA QUE ES SERVEIX PER AMANIR ÉS VERGE EXTRA.** Oli d'oliva verge extra		
2 Vichyssoise Pollastre rostit amb herbes aromàtiques i amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	3 Amanida de pasta ECO Filet d'abadejo al forn amb picada d'all i julivert i amanida d'enciam i pastanaga ratllada Producte ecològic	4 Arròs amb salsa de tomàquet Cinta de llom amb salsa de ceba i daus de pastanaga Fruita del temps	5 Llenties amb verdures Truita a la francesa amb amanida d'enciams variats Iogurt natural La Fageda	6 Bròquil amb patata Daus de gall dindi amb pisto de verdures Fruita del temps
9 Amanida complerta amb ou dur Macarrons a la bolonyesa Fruita del temps	10 Verdura tricolor amb sofregit d'all Pit de pollastre amb salsa de formatges Fruita del temps	11 Amanida de patata Assortit de fregits amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	12 Cigrons guisats Truita de patata i carbassó amb amanida de tomàquet i olives Iogurt natural La Fageda	13 Amanida d'arròs Salmó al forn amb fines herbes base de patata i ceba Fruita del temps
16 Empedrat de llenties Hamburguesa vegetal a la planxa amb amanida d'enciams variats Fruita del temps	17 Crema de carbassó Truita de patata i ceba amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	18 Espaguetis ECO amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps Producte ecològic	19 Amanida russa amb maionesa Mandonguilles amb salsa de tomàquet Fruita del temps	20 **JORNADA FÍ DE CURS** **Pokeball** **Twister chicken** **Yogurt** Estiu

Aquest menú és sa i equilibrat, dissenyat pels nostres experts nutricionistes.

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

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 va ser...		Per sopar pot ser...
Ou	>	carn o Peix
Peix	>	Ou o carn
Llegums	>	Verdura o Ou
carn	>	Ou o Peix

Fruita o Lacti

MENÚ SENSE GAMBA - JUNY 2025 ESCOLA VEDRUNA TÀRREGA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
LA FRUITA ÉS DE TEMPORADA. LA VARIETAT D'AQUEST MES : POMA, PERA, PLÀTAN, SÍNDRIA I MELÓ. De temporada	**EL PA ÉS LOCAL I ESTA INCLÒS EN TOTS ELS ÀPATS. OFERIM PA INTEGRAL.**	**L'OLI D'OLIVA QUE ES SERVEIX PER AMANIR ÉS VERGE EXTRA.** Oli d'oliva verge extra		
2 Vichyssoise Pollastre rostit amb herbes aromàtiques i amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	**3** Amanida de pasta ECO (no gamba) Filet d'abadejo al forn amb picada d'all i julivert i amanida d'enciam i pastanaga ratllada Producte ecològic	**4** Arròs amb salsa de tomàquet Cinta de llom amb salsa de ceba i daus de pastanaga Fruita del temps	**5** Llenties amb verdures Truita a la francesa amb amanida d'enciams variats Iogurt natural La Fageda	**6** Bròquil amb patata Daus de gall dindi amb pisto de verdures Fruita del temps
9 Amanida complerta amb ou dur Macarrons a la bolonyesa Fruita del temps	**10** Verdura tricolor amb sofregit d'all Pit de pollastre amb salsa de formatges Fruita del temps	**11** Amanida de patata Assortit de fregits (no gamba) amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	**12** Cigrons guisats Truita de patata i carbassó amb amanida de tomàquet i olives Iogurt natural La Fageda	**13** Amanida d'arròs (no gamba) Salmó al forn amb fines herbes base de patata i ceba Fruita del temps
16 Empedrat de llenties Hamburguesa vegetal a la planxa amb amanida d'enciams variats Fruita del temps	**17** Crema de carbassó amb crostonets de pa Truita de patata i ceba amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	**18** Espaguetis ECO amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps Producte ecològic	**19** Amanida russa amb maionesa Mandonguilles amb salsa de tomàquet Fruita del temps	**20** **JORNADA FÍ DE CURS** **Pokeball** **Twister chicken** **Ice cream** Estiu

Aquest menú és sa i equilibrat, dissenyat pels nostres experts nutricionistes.

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

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 va ser...		Per sopar pot ser...
Ou	>	carn o Peix
Peix	>	Ou o carn
Llegums	>	Verdura o Ou
carn	>	Ou o Peix

Fruita o Lacti

MENÚ SENSE PORC NI VEDELLA - JUNY 2025 ESCOLA VEDRUNA TÀRREGA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
LA FRUITA ÉS DE TEMPORADA. LA VARIETAT D'AQUEST MES : POMA, PERA, PLÀTAN, SÍNDRIA I MELÓ. De temporada	**EL PA ÉS LOCAL I ESTA INCLÒS EN TOTS ELS ÀPATS. OFERIM PA INTEGRAL.**	**L'OLI D'OLIVA QUE ES SERVEIX PER AMANIR ÉS VERGE EXTRA.** Oli d'oliva verge extra		
2 Vichyssoise Pollastre rostit amb herbes aromàtiques i amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	**3** Amanida de pasta ECO Filet d'abadejo al forn amb picada d'all i julivert i amanida d'enciam i pastanaga ratllada Producte ecològic	**4** Arròs amb salsa de tomàquet Lluç amb salsa de ceba i daus de pastanaga Fruita del temps	**5** Llenties amb verdures Truita a la francesa amb amanida d'enciams variats Iogurt natural La Fageda	**6** Bròquil amb patata Daus de gall dindi amb pisto de verdures Fruita del temps
9 Amanida complerta amb ou dur Macarrons amb tonyina Fruita del temps	**10** Verdura tricolor amb sofregit d'all Pit de pollastre amb salsa de formatges Fruita del temps	**11** Amanida de patata Assortit de fregits (no carn) amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	**12** Cigrons guisats Truita de patata i carbassó amb amanida de tomàquet i olives Iogurt natural La Fageda	**13** Amanida d'arròs Salmó al forn amb fines herbes base de patata i ceba Fruita del temps
16 Empedrat de llenties Pit de pollastre a la planxa amb amanida d'enciams variats Fruita del temps	**17** Crema de carbassó amb crostonets de pa Truita de patata i ceba amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	**18** Espaguetis ECO amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps Producte ecològic	**19** Amanida russa amb maionesa Pit de gall dindi amb salsa de tomàquet Fruita del temps	**20** **JORNADA FÍ DE CURS** **Pokeball** **Twister chicken** **Ice cream** Estiu

Aquest menú és sa i equilibrat, dissenyat pels nostres experts nutricionistes.

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

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 va ser...		Per sopar pot ser...
Ou	>	carn o Peix
Peix	>	Ou o carn
Llegums	>	Verdura o Ou
carn	>	Ou o Peix

Fruita o Lacti

MENÚ SENSE OU, LLEGUMS NI MARISC - JUNY 2025 ESCOLA VEDRUNA TÀRREGA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
LA FRUITA ÉS DE TEMPORADA. LA VARIETAT D'AQUEST MES : POMA, PERA, PLÀTAN, SÍNDRIA I MELÓ. De temporada	**EL PA ÉS LOCAL I ESTA INCLÒS EN TOTS ELS ÀPATS. OFERIM PA INTEGRAL.**	**L'OLI D'OLIVA QUE ES SERVEIX PER AMANIR ÉS VERGE EXTRA.** Oli d'oliva verge extra		
2 Vichyssoise Pollastre rostit amb herbes aromàtiques i amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	3 Amanida de pasta ECO (no marisc ni ou) Filet d'abadejo al forn amb picada d'all i julivert i amanida d'enciam i pastanaga ratllada Producte ecològic	4 Arròs amb salsa de tomàquet Cinta de llom amb salsa de ceba i daus de pastanaga Fruita del temps	5 Crema de patata Pit de pollastre a la planxa amb amanida d'enciams variats Iogurt natural La Fageda	6 Bròquil amb patata Daus de gall dindi amb pisto de verdures Fruita del temps
9 Amanida complerta amb poma Macarrons a la bolonyesa Fruita del temps	10 Pastanaga amb patata amb sofregit d'all Pit de pollastre amb salsa de formatges Fruita del temps	11 Amanida de patata (no ou) Abadejo a la planxaamb amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	12 Crema de carbassó Cinta de llom a la planxa amb amanida de tomàquet i olives Iogurt natural La Fageda	13 Amanida d'arròs (no marisc ni ou) Salmó al forn amb fines herbes base de patata i ceba Fruita del temps
16 Bròquil amb patata Cinta de llom a la planxa amb amanida d'enciams variats Fruita del temps	17 Crema de carbassó amb crostonets de pa Pit de pollastre a la planxa amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	18 Espaguetis ECO amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps Producte ecològic	19 Pastanaga amb patata Mandonguilles amb salsa de tomàquet Fruita del temps	20 **JORNADA FÍ DE CURS** **Pokeball** **Twister chicken** **Yogurt** Estiu

Aquest menú és sa i equilibrat, dissenyat pels nostres experts nutricionistes.

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

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 va ser...		Per sopar pot ser...
Ou	>	carn o Peix
Peix	>	Ou o carn
Llegums	>	Verdura o Ou
carn	>	Ou o Peix

Fruita o Lacti

MENÚ SENSE GLUTEN , NI PORC NI VEDELLA - JUNY 2025 ESCOLA VEDRUNA TÀRREGA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
LA FRUITA ÉS DE TEMPORADA. LA VARIETAT D'AQUEST MES : POMA, PERA, PLÀTAN, SÍNDRIA I MELÓ. De temporada	**EL PA ÉS LOCAL I ESTA INCLÒS EN TOTS ELS ÀPATS.**	**L'OLI D'OLIVA QUE ES SERVEIX PER AMANIR ÉS VERGE EXTRA.** Oli d'oliva verge extra		
2 Vichyssoise Pollastre rostit amb herbes aromàtiques i amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	**3** Amanida de pasta s/gluten Filet d'abadejo al forn amb picada d'all i julivert i amanida d'enciam i pastanaga ratllada	**4** Arròs amb salsa de tomàquet Lluç amb salsa de ceba i daus de pastanaga Fruita del temps	**5** Crema de patata Truita a la francesa amb amanida d'enciams variats Iogurt natural La Fageda	**6** Bròquil amb patata Daus de gall dindi amb pisto de verdures Fruita del temps
9 Amanida complerta amb ou dur Macarrons s/gluten amb tonyina Fruita del temps	**10** Verdura tricolor amb sofregit d'all Pit de pollastre amb salsa de formatges Fruita del temps	**11** Amanida de patata Abadejo a la planxa amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	**12** Cigrons guisats Truita de patata i carbassó amb amanida de tomàquet i olives Iogurt natural La Fageda	**13** Amanida d'arròs Salmó al forn amb fines herbes base de patata i ceba Fruita del temps
16 Bròquil amb patata Pit de pollastre a la planxa amb amanida d'enciams variats Fruita del temps	**17** Crema de carbassó Truita de patata i ceba amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	**18** Espaguetis s/gluten amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps Producte ecològic	**19** Amanida russa amb maionesa Pit de gall dindi amb salsa de tomàquet Fruita del temps	**20** **JORNADA FÍ DE CURS** **Pokeball** **Twister chicken** **Ice cream** Estiu

Aquest menú és sa i equilibrat, dissenyat pels nostres experts nutricionistes.

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

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 va ser...		Per sopar pot ser...
Ou	>	carn o Peix
Peix	>	Ou o carn
Llegums	>	Verdura o Ou
carn	>	Ou o Peix

Fruita o Lacti

MENÚ SENSE GLUTEN - JUNY 2025 ESCOLA VEDRUNA TÀRREGA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
LA FRUITA ÉS DE TEMPORADA. LA VARIETAT D'AQUEST MES : POMA, PERA, PLÀTAN, SÍNDRIA I MELÓ. De temporada	**EL PA ÉS LOCAL I ESTA INCLÒS EN TOTS ELS ÀPATS.**	**L'OLI D'OLIVA QUE ES SERVEIX PER AMANIR ÉS VERGE EXTRA.** Oli d'oliva verge extra		
2 Vichyssoise Pollastre rostit amb herbes aromàtiques i amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	**3** Amanida de pasta s/gluten Filet d'abadejo al forn amb picada d'all i julivert i amanida d'enciam i pastanaga ratllada	**4** Arròs amb salsa de tomàquet Cinta de llom amb salsa de ceba i daus de pastanaga Fruita del temps	**5** Crema de patata Truita a la francesa amb amanida d'enciams variats Iogurt natural La Fageda	**6** Bròquil amb patata Daus de gall dindi amb pisto de verdures Fruita del temps
9 Amanida complerta amb ou dur Macarrons s/gluten a la bolonyesa Fruita del temps	**10** Verdura tricolor amb sofregit d'all Pit de pollastre amb salsa de formatges Fruita del temps	**11** Amanida de patata Abadejo a la planxa amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	**12** Cigrons guisats Truita de patata i carbassó amb amanida de tomàquet i olives Iogurt natural La Fageda	**13** Amanida d'arròs Salmó al forn amb fines herbes base de patata i ceba Fruita del temps
16 Bròquil amb patata Cinta de llom a la planxa amb amanida d'enciams variats Fruita del temps	**17** Crema de carbassó Truita de patata i ceba amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	**18** Espaguetis s/gluten amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps Producte ecològic	**19** Amanida russa amb maionesa Mandonguilles s/gluten amb salsa de tomàquet Fruita del temps	**20** **JORNADA FÍ DE CURS** **Pokeball** **Twister chicken** **Ice cream** Estiu

Aquest menú és sa i equilibrat, dissenyat pels nostres experts nutricionistes.

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

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 va ser...		Per sopar pot ser...
Ou	>	carn o Peix
Peix	>	Ou o carn
Llegums	>	Verdura o Ou
carn	>	Ou o Peix

Fruita o Lacti