



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 FESTIU	2 ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	3 CIGRONS SALTATS O ESTOFATS LLUÇ A LA LLIMONA AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS
4 AMANIDA COMPLETA/ CREMA DE VERDURES FIDEUS A LA CASSOLA FRUITA DEL TEMPS	7 LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES TRUITA D'ESPINACS I PATATA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	8 CREMA DE CARBASSÓ CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	9 FESTIU	10 FESTIU
13 LLACETS AMB PESTO DE BRÒCOLI TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	14 ARRÒS AMB TOMÀQUET LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	15 SOPA DE LLETRES PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	16 CREMA DE VERDURES LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA FRUITA DEL TEMPS	17 AMANIDA RUSSA CASOLANA ESTOFAT DE GALL DINDI AMB VERDURES IOGURT
20 MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES PEIX AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	21 ARRÒS AMB VERDURES NUGGETS DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	22 AMANIDA D'ESPIRALS AMB OLIVES I BLAT DE MORO OUS DURS AMB Salsa DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	23 PURÉ DE PASTANAGA I XIRIVÍIA HAMBURGUESA MIXTA AMB AMANIDA IOGURT	24 MONGETA VERDA AMB PATATA ALETES DE POLLASTRE ADOBADES AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS
27 SOPA DE PEIX REMENAT D'OUS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	28 AMANIDA D'ESTIU (PATATA, TONYINA, OLIVES I BLAT DE MORO) CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES FRUITA DEL TEMPS	29 GASTRONOMIA DE TAILÀNDIA "PAD THAI" (TALLARINS AMB CARBASSÓ, PASTANAGA I Salsa DE SOJA) "GAI PAD MED MAMUANG" (POLLASTRE,, CEBA, PEBROT I Salsa DE SOJA) AMB AMANIDA "KLUAY BUAT CHI" (BATUT DE PLÀTAN, IOGURT I COCO) 	30 MINISTRA CASOLANA AMB PÈSOLS CANANA FRESCA DE LA LLOTJA DE PALAMÓS AMB ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	31 PURÉ DE PORROS AMB CROSTONS CANELONS GRATINATS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS

Un cop al mes, unes postres casolanes

Les fruites del temps són: taronja, pera, poma, plàtan, pruna, pinya... Descobreix-les totes [aquí](#)

Es servirà pa integral.

Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir.

Ús de sal iodada per cuinar.

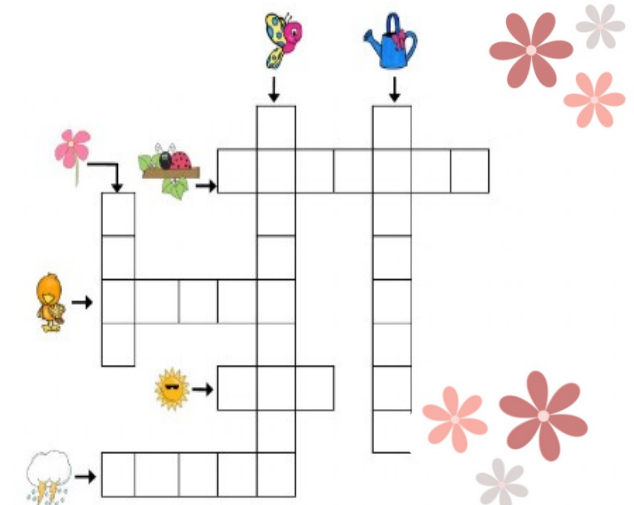
Carn i Pollastre produïts a Catalunya

Peix fresc de les llotges de Palamós, varietats com: seitó, maira, canana,...

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

Escriu les paraules d'aquests Mots Encreusats



Maig 2024

ESCOLA COLORS

MENÚ SENSE CARN

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Un cop al mes, unes postres casolanes

1
FESTIU

2
ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA
TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS

3
CIGRONS SALTATS O ESTOFATS (S/CARN)
LLUÇ A LA LLIMONA AMB ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS

8
CREMA DE CARBASSÓ
PEIX AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

9
FESTIU

10
FESTIU

6
AMANIDA COMPLETA/ CREMA DE VERDURES
FIDEUS A LA CASSOLA (S/CARN)
FRUITA DEL TEMPS

7
LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES
TRUITA D'ESPINACS I PATATA AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

13
LLACETS AMB PESTO DE BRÒCOLI
TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA DEL TEMPS

14
ARRÒS AMB TOMÀQUET
LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

15
SOPA **VEGETAL** DE LLETRES
OUS REMENATS AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DEL TEMPS

16
CREMA DE VERDURES
LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA
FRUITA DEL TEMPS

17
AMANIDA RUSSA CASOLANA
ESTOFAT **DE PEIX** AMB VERDURES
IOGURT

20
MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES
PEIX AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

21
ARRÒS AMB VERDURES
BUNYOLS DE BACALLÀ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS

22
AMANIDA D'ESPIRALS AMB OLIVES I BLAT DE MORO
OUS DURS AMB Salsa DE TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS

23
PURÉ DE PASTANAGA I XIRIVÍIA
HAMBURGUESA **DE PEIX/VEGETAL** AMB AMANIDA
IOGURT

24
MONGETA VERDA AMB PATATA
PEIX ADOBAT AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES
FRUITA DEL TEMPS

27
SOPA DE PEIX
REMENAT D'OUS AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

28
AMANIDA D'ESTIU (PATATA, TONYINA, OLIVES I BLAT DE MORO)
CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES
FRUITA DEL TEMPS

29
GASTRONOMIA DE TAILÀNDIA
"PAD THAI" (TALLARINS AMB CARBASSÓ, PASTANAGA I Salsa DE SOJA)
DAUS DE TONYINA O OUS DURS AMB CEBA, PEBROT I Salsa DE SOJA AMB AMANIDA
"KLUAY BUAT CHI" (BATUT DE PLÀTAN, IOGURT I COCO)

30
MINISTRA CASOLANA AMB PÈSOLS
CANANA FRESCA DE LA LLOTJA DE PALAMÓS
AMB ARRÒS
FRUITA DEL TEMPS

31
PURÉ DE PORROS AMB CROSTONS
CANELONS **D'ESPINACS** GRATINATS AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

Les fruites del temps són: taronja, pera, poma, plàtan, pruna, pinya... Descobreix-les totes [aquí](#)

Es servirà pa integral.

Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir.

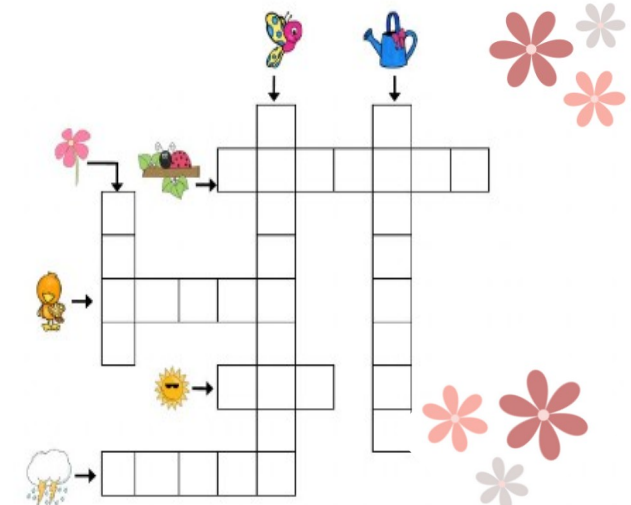
Ús de sal iodada per cuinar.

Peix fresc de les llotges de Palamós, varietats com: seitó, maira, canana,...

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

Escriu les paraules d'aquests Mots Emcreuats



Maig 2024

ESCOLA COLORS

MENÚ SENSE GLUTEN*

***menú amb pa sense gluten**

Les fruites del temps són: taronja, pera, poma, plàtan, pruna, pinya... Descobreix-les totes [aquí](#)

Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir.

Ús de sal iodada per cuinar.

Carn i Pollastre produïts a Catalunya

Peix fresc de les llotges de Palamós, varietats com: seitó, maira, canana,...

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Un cop al mes, unes postres casolanes

1

FESTIU

2

ESPAGUETIS SENSE GLUTEN A LA NAPOLITANA
TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS

3

CIGRONS SALTATS O ESTOFATS
LLUÇ A LA LLI MONA (S/GLUTEN) AMB ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS

4

AMANIDA COMPLETA/ CREMA DE VERDURES
FIDEUS SENSE GLUTEN A LA CASSOLA
FRUITA DEL TEMPS

5

LLENTIES SENSE GLUTEN GUISADES AMB HORTALISSES
TRUITA D'ESPINACS I PATATA AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

6

CREMA DE CARBASSÓ
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

7

FESTIU

8

FESTIU

9

SOPA DE PASTA SENSE GLUTEN
PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DEL TEMPS

10

CREMA DE VERDURES
LASSANYA SENSE GLUTEN CASOLANA O PEIX PLANXA
FRUITA DEL TEMPS

11

AMANIDA RUSSA CASOLANA
ESTOFAT DE GALL DINDI AMB VERDURES
I OGURT

12

AMANIDA DE PASTA SENSE GLUTEN AMB OLIVES I BLAT DE MORO
OUS DURS AMB Salsa DE TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS

13

PURÉ DE PASTANAGA I XIRIVÍA
HAMBURGUESA MIXTA (S/GLUTEN) AMB AMANIDA
I OGURT

14

MONGETA VERDA AMB PATATA
ALETES DE POLLASTRE ADOBADES AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES
FRUITA DEL TEMPS

15

GASTRONOMIA DE TAILANDIA
"PAD THAI" (PASTA SENSE GLUTEN AMB CARBASSÓ I PASTANAGA) (SENSE SALSA DE SOJA)
"GAI PAD MED MAMUANG" (POLLASTRE, Ceba I PEBROT) (SENSE SALSA DE SOJA) AMB AMANIDA
"KLUAY BUAT CHI" (BATUT DE PLÀTAN, I OGURT I COCO)

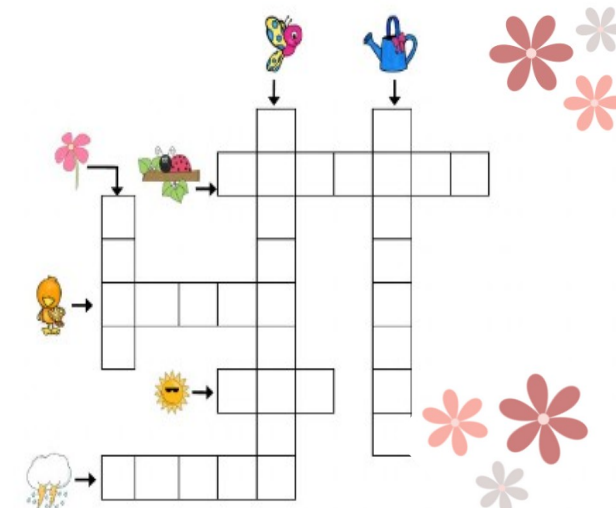
16

MINISTRA CASOLANA AMB PÈSOLS
CANANA FRESCA DE LA LLOTJA DE PALAMÓS
AMB ARRÒS
FRUITA DEL TEMPS

17

PURÉ DE PORROS AMB CROSTONS
CANELONS CASOLANS SENSE GLUTEN O CARN PLANXA AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

Escriu les paraules d'aquests Mots Emcreuats





Quilòmetre zero a l'Escola



Maig 2024

ESCOLA COLORS

MENÚ **SENSE LACTOSA/ PLV**

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 FESTIU	2 ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA (S/FORMATGE) TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	3 CIGRONS SALTATS O ESTOFATS LLUÇ A LA LLIMONA AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS
4 AMANIDA COMPLETA/ CREMA DE VERDURES (SENSE LLET) FIDEUS A LA CASSOLA FRUITA DEL TEMPS	7 LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES TRUITA D'ESPINACS I PATATA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	8 CREMA DE CARBASSÓ (SENSE LLET) CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	9 FESTIU	10 FESTIU
13 LLACETS AMB PESTO DE BRÒCOLI (S/FORMATGE) TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	14 ARRÒS AMB TOMÀQUET LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	15 SOPA DE LLETRES (S/VEDELLA) PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	16 CREMA DE VERDURES (S/LLET) LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA AMB TOMÀQUET (S/BEIXAMEL NI FORMATGE) FRUITA DEL TEMPS	17 AMANIDA RUSSA CASOLANA ESTOFAT DE GALL DINDI AMB VERDURES IOGURT DE SOIA
20 MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES PEIX AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	21 ARRÒS AMB VERDURES POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	22 AMANIDA D'ESPIRALS AMB OLIVES I BLAT DE MORO OUS DURS AMB SALSA DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	23 PURÉ DE PASTANAGA I XIRIVÍ (SENSE LLET) HAMBURGUESA D'AU AMB AMANIDA IOGURT DE SOIA	24 MONGETA VERDA AMB PATATA ALETES DE POLLASTRE ADOBADES AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS
27 SOPA DE PEIX REMENAT D'OUS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	28 AMANIDA D'ESTIU (PATATA, TONYINA, OLIVES I BLAT DE MORO) CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES FRUITA DEL TEMPS	29 GASTRONOMIA DE TAILÀNDIA "PAD THAI" (TALLARINS AMB CARBASSÓ, PASTANAGA I SALSA DE SOJA) "GAI PAD MED MAMUANG" (POLLASTRE,, CEBA, PEBROT I SALSA DE SOJA) AMB AMANIDA "KLUAY BUAT CHI" (BATUT DE PLÀTAN, IOGURT DE SOIA I COCO) 	30 MINISTRA CASOLANA AMB PÈSOLS CANANA FRESCA DE LA LLOTJA DE PALAMÓS AMB ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	31 PURÉ DE PORROS (SENSE LLET) AMB CROSTONS SENSE LLET O SENSE CROSTONS CANELONS CASOLANS SENSE BEIXAMEL NI FORMATGE O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS

Un cop al mes, unes postres casolanes

Les fruites del temps són: taronja, pera, poma, plàtan, pruna, pinya... Descobreix-les totes [aquí](#)

Es servirà pa integral.

Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir.

Ús de sal iodada per cuinar.

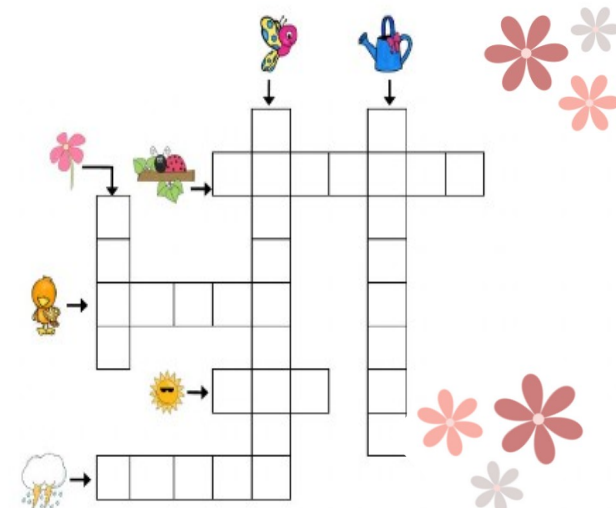
Carn i Pollastre produïts a Catalunya

Peix fresc de les llotges de Palamós, varietats com: seitó, maira, canana,...

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

Escriu les paraules d'aquests Mots Emcreuats



Maig 2024

ESCOLA COLORS

MENÚ **SENSE OU**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Un cop al mes, unes postres casolanes

5
AMANIDA COMPLETA/ CREMA DE VERDURES
FIDEUS SENSE OU A LA CASSOLA
FRUITA DEL TEMPS

7
LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES
"TRUITA VEGANA D'ESPINACS I PATATA AMB FARINA DE CIGRÓ" O PEIX PLANXA AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

8
CREMA DE CARBASSÓ
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

9
FESTIU

10
FESTIU

13
PASTA SENSE OU AMB PESTO DE BRÒCOLI (S/FORMATGE)
"TRUITA VEGANA DE FARINA DE CIGRÓ I VERDURES" O CARN PLANXA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA DEL TEMPS

14
ARRÒS AMB TOMÀQUET
LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

15
SOPA DE **PASTA SENSE OU**
PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DEL TEMPS

16
CREMA DE VERDURES
MUSAKA D'ALBERGÍNIA CASOLANA SENSE OU O PEIX PLANXA
FRUITA DEL TEMPS

17
AMANIDA RUSSA CASOLANA (S/OU NI MAIONESA)
ESTOFAT DE GALL DINDI AMB VERDURES
IOGURT

20
MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES
PEIX AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

21
ARRÒS AMB VERDURES
POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE OU AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS

22
AMANIDA DE **PASTA SENSE OU** AMB OLIVES I BLAT DE MORO
PEIX AMB SALSA DE TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS

23
PURÉ DE PASTANAGA I XIRIVÍA
HAMBURGUESA MIXTA (**SENSE OU**) AMB AMANIDA
IOGURT

24
MONGETA VERDA AMB PATATA
ALETES DE POLLASTRE ADOBADES AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES
FRUITA DEL TEMPS

27
SOPA DE PEIX **AMB ARRÒS**
"TRUITA VEGANA AMB FARINA DE CIGRÓ I VERDURES" O CARN PLANXA AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

28
AMANIDA D'ESTIU (PATATA, TONYINA, OLIVES I BLAT DE MORO)
CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES
FRUITA DEL TEMPS

29
GASTRONOMIA DE TAILÀNDIA
"PAD THAI" (**PASTA SENSE OU** AMB CARBASSÓ, PASTANAGA I SALSA DE SOJA)
"GAI PAD MED MAMUANG" (POLLASTRE,, CEBA, PEBROT I SALSA DE SOJA) AMB AMANIDA
"KLUAY BUAT CHI" (BATUT DE PLÀTAN, IOGURT I COCO)

30
MINESTRA CASOLANA AMB PÈSOLS
CANANA FRESCA DE LA LLOTJA DE PALAMÓS
AMB ARRÒS
FRUITA DEL TEMPS

31
PURÉ DE PORROS AMB **CROSTONS SENSE OU O SENSE CROSTONS**
MUSAKA D'ALBERGÍNIA CASOLANA SENSE OU O CARN PLANXA AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

Les fruites del temps són: taronja, pera, poma, plàtan, pruna, pinya... Descobreix-les totes [aquí](#)

Es servirà pa integral.

Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir.

Ús de sal iodada per cuinar.

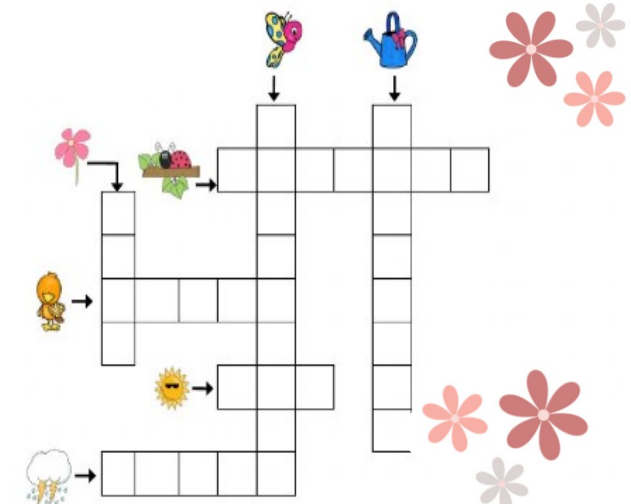
Carn i Pollastre produïts a Catalunya

Peix fresc de les llotges de Palamós, varietats com: seitó, maira, canana,...

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

Escriu les paraules d'aquests Mots Encreusats



Maig 2024

ESCOLA COLORS MENÚ SENSE PEIX

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 FESTIU	2 ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	3 CIGRONS SALTATS O ESTOFATS POLLASTRE A LA LLIMONA O NUGGETS DE BRÒCOLI EN OLI NET AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS
4 AMANIDA COMPLETA (S/TONYINA) / CREMA DE VERDURES FIDEUS A LA CASSOLA (S/PEIX) FRUITA DEL TEMPS	7 LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES TRUITA D'ESPINACS I PATATA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	8 CREMA DE CARBASSÓ CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	9 FESTIU	10 FESTIU
13 LLACETS AMB PESTO DE BRÒCOLI TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	14 ARRÒS AMB TOMÀQUET LLOM O HAMBURGUESA VEGETAL AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	15 SOPA DE LLETRES PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	16 CREMA DE VERDURES LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA FRUITA DEL TEMPS	17 AMANIDA RUSSA CASOLANA (S/TONYINA) ESTOFAT DE GALL DINDI AMB VERDURES IOGURT
20 MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES TRUITA FRANCESA AMB ALL I ULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	21 ARRÒS AMB VERDURES POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ EN OLI NET AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	22 AMANIDA D'ESPIRALS AMB OLIVES I BLAT DE MORO OUS DURS AMB Salsa DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	23 PURÉ DE PASTANAGA I XIRIVÍIA HAMBURGUESA MIXTA AMB AMANIDA IOGURT	24 MONGETA VERDA AMB PATATA ALETES DE POLLASTRE ADOBADES AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS
27 SOPA VEGETAL REMENAT D'OUS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	28 AMANIDA D'ESTIU (PATATA, OLIVES I BLAT DE MORO)(S/TONYINA) CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES FRUITA DEL TEMPS	29 GASTRONOMIA DE TAILÀNDIA "PAD THAI" (TALLARINS AMB CARBASSÓ, PASTANAGA I Salsa DE SOJA) "GAI PAD MED MAMUANG" (POLLASTRE,, CEBA, PEBROT I Salsa DE SOJA) AMB AMANIDA PLÀTAN, IOGURT I COCO 	30 MINISTRA CASOLANA AMB PÈSOLS ARRÒS VEGETAL FRUITA DEL TEMPS	31 PURÉ DE PORROS AMB CROSTONS CANELONS CASOLANS O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS

Un cop al mes, unes postres casolanes

Les fruites del temps són: taronja, pera, poma, plàtan, pruna, pinya... Descobreix-les totes [aquí](#)

Es servirà pa integral.

Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir.

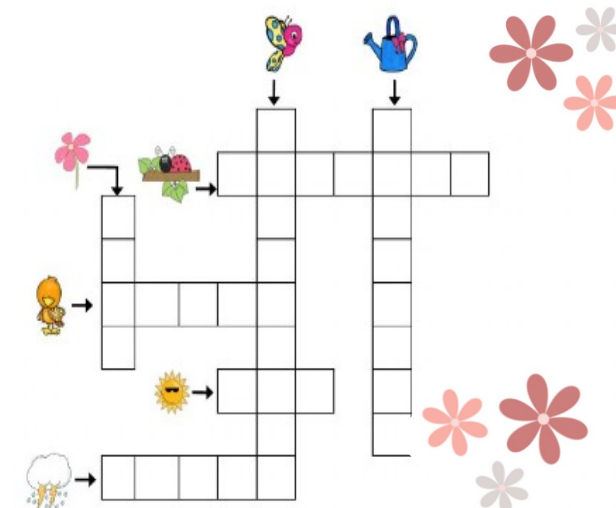
Ús de sal iodada per cuinar.

Carn i Pollastre produïts a Catalunya

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

Escriu les paraules d'aquests Mots Encreusats



Bo-Sa
D'aquí
Quilòmetre zero a l'Escola

Maig 2024

ESCOLA COLORS

MENÚ SENSE PORC

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Un cop al mes, unes postres casolanes

1

FESTIU

2

ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA
TRUITA DE FORMATGE AMB
AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS

3

CIGRONS SALTATS O ESTOFATS
(S/PORC)
LLUÇ A LA LLIMONA AMB ENCIAM
I TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS

6

AMANIDA COMPLETA/ CREMA DE
VERDURES
FIDEUS A LA CASSOLA **(S/PORC)**
FRUITA DEL TEMPS

7

LLENTIES GUISADES AMB
HORTALISSES
TRUITA D'ESPINACS I PATATA AMB
AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

8

CREMA DE CARBASSÓ
CONTRACUIXA DE POLLASTRE
AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

9

FESTIU

10

FESTIU

13

LLACETS AMB PESTO DE BRÒCOLI
TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA
D'ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA DEL TEMPS

14

ARRÒS AMB TOMÀQUET
LLUÇ AL FORN AMB
AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

15

SOPA DE LLETRES **(S/PORC)**
PERNILETS DE POLLASTRE AL
FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM
I COGOMBRE
FRUITA DEL TEMPS

16

CREMA DE VERDURES
LASSANYA DE LLENTIES
CASOLANA
FRUITA DEL TEMPS

17

AMANIDA RUSSA CASOLANA
ESTOFAT DE GALL DINDI AMB
VERDURES
IOGURT

20

MONGETES BLANQUES GUISADES
AMB HORTALISSES
PEIX AL FORN AMB ALL I JULIVERT
AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

21

ARRÒS AMB VERDURES
NUGGETS DE POLLASTRE AMB
AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS

22

AMANIDA D'ESPIRALS AMB
OLIVES I BLAT DE MORO
OUS DURS AMB Salsa DE
TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS

23

PURÉ DE PASTANAGA I XIRIVÍIA
HAMBURGUESA **D'AU/ PEIX O
VEGETAL** AMB AMANIDA
IOGURT

24

MONGETA VERDA AMB PATATA
ALETES DE POLLASTRE ADOBADES
AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES
FRUITA DEL TEMPS

27

SOPA DE PEIX
REMNAT D'OUS AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

28

AMANIDA D'ESTIU (PATATA,
TONYINA, OLIVES I BLAT DE MORO)
CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURES
FRUITA DEL TEMPS

29

GASTRONOMIA DE TAILÀNDIA
"PAD THAI" (TALLARINS AMB CARBASSÓ,
PASTANAGA I Salsa DE SOJA)
"GAI PAD MED MAMUANG" (POLLASTRE,,
CEBA, PEBROT I Salsa DE SOJA) AMB AMANIDA
"KLUAY BUAT CHI" (BATUT DE
PLÀTAN, IOGURT I COCO)

30

MINISTRA CASOLANA AMB
PÈSOLS
**CANANA FRESCA DE LA LLOTJA DE
PALAMÓS**
AMB ARRÒS
FRUITA DEL TEMPS

31

PURÉ DE PORROS AMB CROSTONS
CANELONS **D'ESPINACS** GRATINATS
AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

Les fruites del temps són: taronja, pera, poma, plàtan, pruna, pinya... Descobreix-les totes [aquí](#)

Es servirà pa integral.

Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir.

Ús de sal iodada per cuinar.

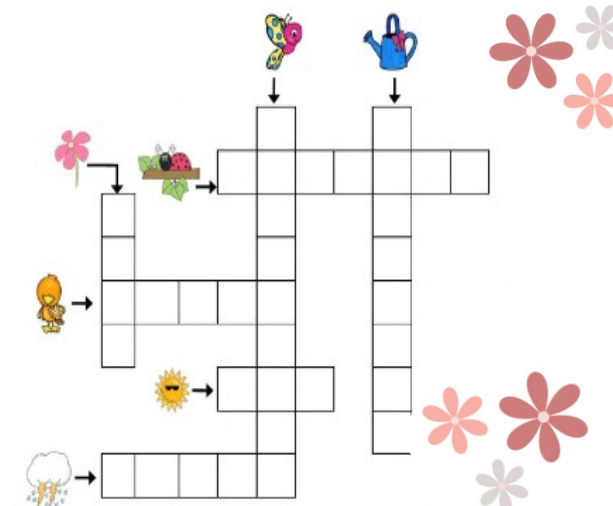
Carn i Pollastre produïts a Catalunya

Peix fresc de les llotges de Palamós, varietats com: seitó, maira, canana,...

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.



Escriu les paraules d'aquests Mots Encreusats



Maig 2024

ESCOLA COLORS

MENÚ **SENSE PORC NI OU**

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 FESTIU	2 ESPAGUETIS SENSE OU A LA NAPOLITANA (S/FORMATGE) "TRUITA VEGANA DE FARINA DE CIGRÓ I VERDURES" O CARN PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	3 CIGRONS SALTATS O ESTOFATS LLUÇ A LA L LIMONA (SENSE OU) AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS
4 AMANIDA COMPLETA/ CREMA DE VERDURES FIDEUS SENSE OU A LA CASSOLA (S/PORC) FRUITA DEL TEMPS	7 LENTIES GUISADES AMB HORTALISSES "TRUITA VEGANA D'ESPINACS I PATATA AMB FARINA DE CIGRÓ" O PEIX PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	8 CREMA DE CARBASSÓ CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	9 FESTIU	10 FESTIU
13 PASTA SENSE OU AMB PESTO DE BRÒCOLI (S/FORMATGE) "TRUITA VEGANA DE FARINA DE CIGRÓ I VERDURES" O CARN PLANXA (NO PORC) AMB ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	14 ARRÒS AMB TOMÀQUET LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	15 SOPA DE PASTA SENSE OU (S/PORC O VEGETAL) PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	16 CREMA DE VERDURES MUSAKA D'ALBERGÍNIA CASOLANA SENSE OU O PEIX PLANXA FRUITA DEL TEMPS	17 AMANIDA RUSSA CASOLANA (S/OU NI MAIONESA) ESTOFAT DE GALL DINDI AMB VERDURES I OGURT
20 MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES PEIX AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	21 ARRÒS AMB VERDURES POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE OU AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	22 AMANIDA DE PASTA SENSE OU AMB OLIVES I BLAT DE MORO PEIX AMB SALSA DE TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	23 PURÉ DE PASTANAGA I XIRIVÍA HAMBURGUESA D'AU (SENSE OU) AMB AMANIDA I OGURT	24 MONGETA VERDA AMB PATATA ALETES DE POLLASTRE ADOBADES AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS
27 SOPA DE PEIX AMB ARRÒS "TRUITA VEGANA AMB FARINA DE CIGRÓ I VERDURES" O CARN PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	28 AMANIDA D'ESTIU (PATATA, TONYINA, OLIVES I BLAT DE MORO) CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES FRUITA DEL TEMPS	29 GASTRONOMIA DE TAILÀNDIA "PAD THAI" (PASTA SENSE OU AMB CARBASSÓ, PASTANAGA I SALSA DE SOJA) "GAI PAD MED MAMUANG" (POLLASTRE, CEBA, PEBROT I SALSA DE SOJA) AMB AMANIDA "KLUAY BUAT CHI" (BATUT DE PLÀTAN, I OGURT I COCO) 	30 MINISTRA CASOLANA AMB PÈSOLS CANANA FRESCA DE LA LLOTJA DE PALAMÓS AMB ARRÒS FRUITA DEL TEMPS	31 PURÉ DE PORROS AMB CROSTONS SENSE OU O SENSE CROSTONS MUSAKA D'ALBERGÍNIA CASOLANA SENSE OU O CARN PLANXA (NO PORC) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS

Un cop al mes, unes postres casolanes

Les fruites del temps són: taronja, pera, poma, plàtan, pruna, pinya... Descobreix-les totes [aquí](#)

Es servirà pa integral.

Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir.

Ús de sal iodada per cuinar.

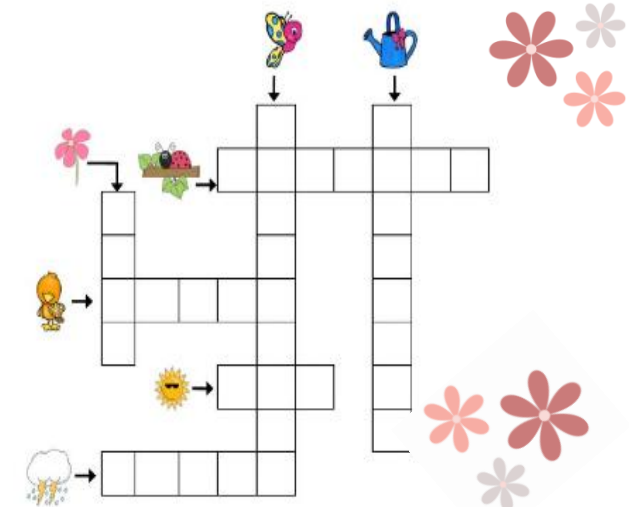
Carn i Pollastre produïts a Catalunya

Peix fresc de les llotges de Palamós, varietats com: seitó, maira, canana,...

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

Escriu les paraules d'aquests Mots Encreusats



Maig 2024

ESCOLA

MENÚ SENSE FRUITS SECS

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Un cop al mes, unes postres casolanes

1

FESTIU

2

ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA
TRUITA DE FORMATGE AMB
AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS

3

CIGRONS SALTATS O ESTOFATS
LLUÇ A LA LLIMONA AMB ENCIAM
I TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS

6

AMANIDA COMPLETA (SENSE
PIPES)/ CREMA DE VERDURES
FIDEUS A LA CASSOLA
FRUITA DEL TEMPS

7

LLENTIES GUISADES AMB
HORTALISSES
TRUITA D'ESPINACS I PATATA AMB
AMANIDA (SENSE PIPES)
FRUITA DEL TEMPS

8

CREMA DE CARBASSÓ
CONTRACUIXA DE POLLASTRE
AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

9

FESTIU

10

FESTIU

13

LLACETS AMB PESTO DE BRÒCOLI
(S/ FRUITS SECS)
TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA
D'ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA DEL TEMPS

14

ARRÒS AMB TOMÀQUET
LLUÇ AL FORN AMB
AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

15

SOPA DE LLETRES
PERNILETS DE POLLASTRE AL
FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM
I COGOMBRE
FRUITA DEL TEMPS

16

CREMA DE VERDURES
LASSANYA DE LLENTIES
CASOLANA
FRUITA DEL TEMPS

17

AMANIDA RUSSA CASOLANA
ESTOFAT DE GALL DINDI AMB
VERDURES
IOGURT

20

MONGETES BLANQUES GUISADES
AMB HORTALISSES
PEIX AL FORN AMB ALL I JULIVERT
AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

21

ARRÒS AMB VERDURES
POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ
EN OLI NET AMB AMANIDA
D'ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS

22

AMANIDA D'ESPIRALS AMB
OLIVES I BLAT DE MORO
OUS DURS AMB Salsa DE
TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS

23

PURÉ DE PASTANAGA I XIRIVÍA
HAMBURGUESA MIXTA AMB
AMANIDA (S/PIPES)
IOGURT

24

MONGETA VERDA AMB PATATA
ALETES DE POLLASTRE ADOBADES
AMB AMANIDA D'ENCIAM
(S/PIPES)
FRUITA DEL TEMPS

27

SOPA DE PEIX
REMANAT D'OUS AMB AMANIDA
(S/PIPES)
FRUITA DEL TEMPS

28

AMANIDA D'ESTIU (PATATA,
TONYINA, OLIVES I BLAT DE MORO)
CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURES
FRUITA DEL TEMPS

29

GASTRONOMIA DE TAILÀNDIA
"PAD THAI" (TALLARINS AMB CARBASSÓ,
PASTANAGA I Salsa DE SOJA)
"GAI PAD MED MAMUANG" (POLLASTRE,
CEBA, PEBROT I Salsa DE SOJA) AMB
AMANIDA (S/PIPES)
"KLUAY BUAT CHI" (BATUT DE
PLÀTAN I IOGURT) (SENSE COCO)

30

MINISTRA CASOLANA AMB
PÈSOLS
CANANA FRESCA DE LA LLOTJA DE
PALAMÓS AMB ARRÒS
FRUITA DEL TEMPS

31

PURÉ DE PORROS AMB CROSTONS
SENSE FRUITS SECS O SENSE
CANELONS CASOLANS O CARN
PLANXA AMB AMANIDA (S/PIPES)
FRUITA DEL TEMPS

Les fruites del temps són: taronja, pera, poma, plàtan, pruna, pinya... Descobreix-les totes [aquí](#)

Es servirà pa integral.

Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir.

Ús de sal iodada per cuinar.

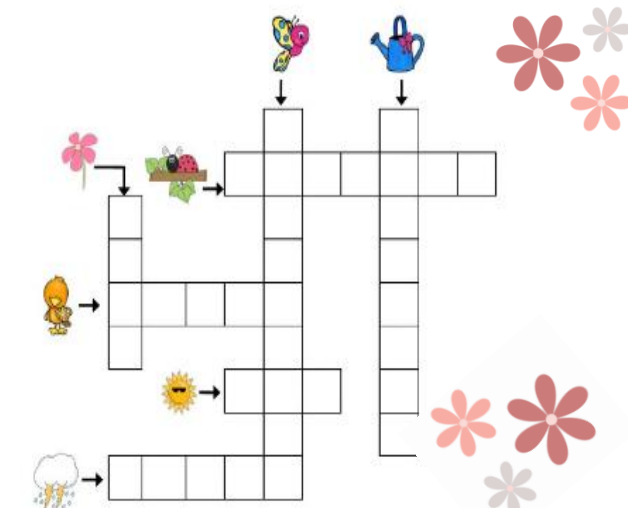
Carn i Pollastre produïts a Catalunya

Peix fresc de les llotges de Palamós, varietats com: seitó, maira, canana,...

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

Escriu les paraules d'aquests Mots Emcreuats



Maig 2024

ESCOLA COLORS

MENÚ SENSE OU NI FRUITS SECS

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Un cop al mes, unes postres casolanes

1
FESTIU

2
ESPAGUETIS SENSE OU A LA NAPOLITANA (S/FORMATGE)
"TRUITA VEGANA DE FARINA DE CIGRÓ ESPECIAL I VERDURES" O CARN PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS

3
CIGRONS SALTATS O ESTOFATS
LLUÇ A LA LLI MONA (SENSE OU) AMB ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS

4
AMANIDA COMPLETA (SENSE PIPES)/CREMA DE VERDURES
FIDEUS SENSE OU A LA CASSOLA
FRUITA DEL TEMPS

7
LENTIES GUISADES AMB HORTALISSES
"TRUITA VEGANA D'ESPINACS I PATATA AMB FARINA DE CIGRÓ ESPECIAL" O PEIX PLANXA AMB AMANIDA (SENSE PIPES)
FRUITA DEL TEMPS

8
CREMA DE CARBASSÓ
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

9
FESTIU

10
FESTIU

13
PASTA SENSE OU AMB PESTO DE BRÒCOLI (S/FORMATGE NI FRUITS SECS)
"TRUITA VEGANA DE FARINA DE CIGRÓ ESPECIAL I VERDURES" O CARN PLANXA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA DEL TEMPS

14
ARRÒS AMB TOMÀQUET
LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

15
SOPA DE PASTA SENSE OU
PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DEL TEMPS

16
CREMA DE VERDURES
MUSAKA D'ALBERGÍNIA CASOLANA SENSE OU O PEIX PLANXA
FRUITA DEL TEMPS

17
AMANIDA RUSSA CASOLANA (S/OU NI MAIONESA)
ESTOFAT DE GALL DINDI AMB VERDURES
I OGURT

20
MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES
PEIX AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

21
ARRÒS AMB VERDURES
POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ SENSE OU EN OLI NET AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS

22
AMANIDA DE PASTA SENSE OU AMB OLIVES I BLAT DE MORO
PEIX AMB SALS DE TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS

23
PURÉ DE PASTANAGA I XIRIVÍA
HAMBURGUESA MIXTA (SENSE OU) AMB AMANIDA (S/PIPES)
I OGURT

24
MONGETA VERDA AMB PATATA
ALETES DE POLLASTRE ADOBADES AMB AMANIDA D'ENCIAM (S/PIPES)
FRUITA DEL TEMPS

27
SOPA DE PEIX AMB ARRÒS
"TRUITA VEGANA AMB FARINA DE CIGRÓ ESPECIAL I VERDURES" O CARN PLANXA AMB AMANIDA (SENSE PIPES)
FRUITA DEL TEMPS

28
AMANIDA D'ESTIU (PATATA, TONYINA, OLIVES I BLAT DE MORO)
CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES
FRUITA DEL TEMPS

29
GASTRONOMIA DE TAILÀNDIA
"PAD THAI" (PASTA SENSE OU AMB CARBASSÓ, PASTANAGA I SALS DE SOJA)
"GAI PAD MED MAMUANG" (POLLASTRE, CEBA, PEBROT I SALS DE SOJA) AMB AMANIDA (SENSE PIPES)
"KLUAY BUAT CHI" (BATUT DE PLÀTAN, I OGURT I COCO)
Postre Casolà

30
MINISTRA CASOLANA AMB PÈSOLS
CANANA FRESCA DE LA LLOTJA DE PALAMÓS AMB ARRÒS
FRUITA DEL TEMPS

31
PURÉ DE PORROS AMB CROSTONS SENSE OU O SENSE CROSTONS
MUSAKA D'ALBERGÍNIA CASOLANA SENSE OU O CARN PLANXA AMB AMANIDA (SENSE PIPES)
FRUITA DEL TEMPS

Les fruites del temps són: taronja, pera, poma, plàtan, pruna, pinya... Descobreix-les totes [aquí](#)

Es servirà pa integral.

Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir.

Ús de sal iodada per cuinar.

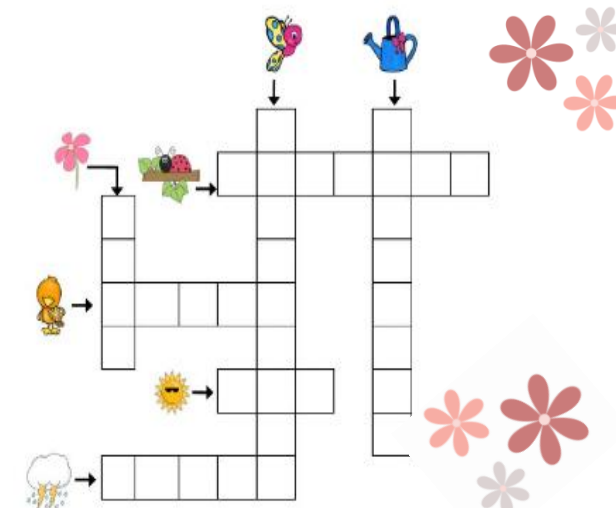
Carn i Pollastre produïts a Catalunya

Peix fresc de les llotges de Palamós, varietats com: seitó, maira, canana,...

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

Escriu les paraules d'aquests Mots Emcreuats



Maig 2024

PROPOSTA DE SOPARS

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Un cop al mes, unes postres casolanes

1

ARRÒS SALTAT
PASTÍS D'OU AMB VERDURES DE TEMPORADA
IOGURT

2

MONGETA VERDA AMB PATATA
LLOM PLANXA AMB AMANIDA
IOGURT

3

SOPA DE PASTA
TIRES DE POLLASTRE CRISPY CASOLANES AMB AMANIDA
MACEDÒNIA DE FRUITA

6

PATATA GRATINADA
GALL DINDI SALTAT AMB VERDURETES
QUALLADA

7

AMANIDA MIXTA
BISTEC A LA PLANXA AMB PATATES DELUXE CASOLANES
IOGURT

8

SOPA DE L'ÀVIA
SALMÓ AL PAPILOTE
IOGURT

9

AMANIDA D'ARRÒS
OUS DURS FARCITS DE TONYINA
BROQUETES DE FRUITA NATURAL

10

BLEDA AMB PATATA
CALZONE CASOLANA DE PERNIL, XAMPINYONS I FORMATGE
IOGURT AMB ANOUS

13

AMANIDA
ALBERGÍNIES FARCIDES DE CARN PICADA I VERDURETES GRATINADES
IOGURT

14

ESPINACS AMB BEIXAMEL
GALL DINDI A LA PLANXA AMB TIMBAL DE QUINOA
FORMATGE FRESC

15

CREMA DE VERDURES
LLENGUADO A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT I ESPÀRRECS VERDS
IOGURT

16

AMANIDA
XAI A LA PLANXA AMB PEBROTS FREGITS I PATATA AL FORN
IOGURT AMB FRUITS SECS

17

PASTÍS FRED DE TONYINA, ENCIAM TOMÀQUET, OU DUR I MAIONESA
MADUIXES AMB SUC DE TARONJA

20

SOPA DE FIDEUS
TRUITA D'ALLS TENDRES AMB AMANIDA
IOGURT

21

AMANIDA DE PATATA
ORADA AL FORN AMB CEBA I TOMÀQUET
QUÉFIR

22

ESCALIVADA
POLLASTRE EN SALSÀ BARBACOA
IOGURT

23

HUMMUS DE CIGRONS AMB BASTONETS DE PASTANAGA
LLUÇ ARREBOSSAT AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

24

ESQUEIXADA DE BACALLÀ
QUIX CASOLANA D'ESPINACS I FORMATGE
IOGURT

27

RAVIOLIS AMB TOMÀQUET
SARDINES A LA PLANXA AMB AMANIDA
IOGURT AMB FRUITA

28

BRÒCOLI GRATINAT
LLOM A LA PLANXA AMB PATATES
IOGURT

29

ARRÒS 3 DELÍCIES
RÈMOLA A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT I AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

30

AMANIDA D'ESPIRALS DE COLORS
REMNAT D'OUS I GAMBETES
IOGURT

31

AMANIDA DE RÚCULA I TOMÀQUETS XERRIES
PANINI DE TONYINA, OLIVES I FORMATGE
IOGURT

Les fruites del temps són: taronja, pera, poma, plàtan, pruna, pinya... Descobreix-les totes [aquí](#)

Es servirà pa integral.

Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir.

Ús de sal iodada per cuinar.

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

Escriu les paraules d'aquests Mots Emcreuats

