

ESCOLES BRESSOL MAINADA I MARRECS

CAMINANTS

JULIOL 2026

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 AL 3 DE JULIOL DEL 2026			Sèmola de blat Pollastre Iogurt natural sense sucre	Sèmola d'arròs Lluç Iogurt natural sense sucre	Crema de carbassó i ceba amb patates Cigrons o gall dindi Iogurt natural sense sucre
			Kcal: 481,6; H: 42,5g; P: 18,87g; L: 24,2g	Kcal: 431,9; H: 60,4g; P: 11,24g; L: 16,67g	Kcal: 534,9; H: 62,99g; P: 18,4g; L: 19,7g
			Berenar: Fruita de temporada	Berenar: Fruita de temporada	Berenar: Fruita de temporada
			Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g
6 AL 10 DE JULIOL DEL 2026	Sèmola de blat Ou Iogurt natural sense sucre	Crema de verdures de temporada amb patata Vedella Iogurt natural sense sucre	Sèmola de blat Pollastre Iogurt natural sense sucre	Sèmola d'arròs Rap Iogurt natural sense sucre	Crema de verdures de temporada i patata Llenties o gall dindi Iogurt natural sense sucre
	Kcal: 567; H: 63,9g; P: 18,3g; L: 23,3g	Kcal: 549,8; H: 53,2g; P: 21,9g; L: 23,8g	Kcal: 488,65; H: 62,3g; P: 18,24g; L: 0,72g	Kcal: 485,94; H: 48,4g; P: 21,6g; L: 11,6g	Kcal: 534,9; H: 62,9g; P: 18,5g; L: 19,7g
	Berenar: Fruita de temporada	Berenar: Fruita de temporada	Berenar: Fruita de temporada	Berenar: Fruita de temporada	Berenar: Fruita de temporada
	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g
13 AL 17 DE JULIOL DEL 2026	Sèmola de blat Ou Iogurt natural sense sucre	Crema de verdures de temporada amb patata Cigrons o pollastre Iogurt natural sense sucre	Sèmola de blat Pollastre Iogurt natural sense sucre		
	Kcal: 477,36; H: 60,49g; P: 18,67g; L: 20,6g	Kcal: 549,8; H: 53,2g; P: 21,9g; L: 23,8g	Kcal: 451,5; H: 55,2g; P: 19,9g; L: 15,1g		
	Berenar: Fruita de temporada	Berenar: Fruita de temporada	Berenar: Fruita de temporada		
	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g		
BONES VACANCES !					



SI DINEM	PODEM SOPAR
Llegum/ fècules	Verdures Hortalisses
Verdures Hortalisses	Llegum/Fècules
Ous	Carn/ Peix
Carn	Ous/Peix
Peix	Carn/ Ous
Fruita	Làctic/Fruita
Làctic	Fruita

La proteïna dels segons plats serà a la planxa, guisada o bullida, de fàcil masticació i en funció dels requeriments del infant

* La proteïna en aquests casos serà llegum, pollastre o gall dindi segons les necessitats del infant

SUPERVISORA Montserrat Prat Quiñones
DIETISTA Cristina Echevarría Pérez Num col.legiat CAT001118