

EBM EL BLAUET

MENÚ TEMPORADA DE CALOR- JULIOL 2026

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

EXCELEN^{RC}

		1 Macarrons ECO integrals gratinats amb salsa de tomàquet i formatge (1,7) Filet de salmó a la planxa amb amanida de pebrot verd i cogombre (4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)	2 Crema de porros ECO tebia amb rostes de pa casolanes (1) Estofat de porc amb verdures (albergínia, carbassó i tomàquet) Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)	3 Verdura tricolor ECO (Bròquil, carbassó i pastanaga) al vapor Llenties estofades amb arròs (pebrot vermell, ceba i tomàquet) (1) ECO Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)
6 Amanida d'arròs ECO (mongeta, pastanaga ratllada i tomàquet a daus) Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam ECO (4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)	7 Crema de pèsols ECO amb rostes de pa casolanes (1) Tires de pollastre saltejat amb verdures (carbassó i pastanaga) amb amanida d'enciam i cogombre ECO Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)	8 Espirals integrals ECO amb crema de coliflor gratinats amb formatge (1,7) Truita de carbassó i amanida de tomàquet a daus ECO (3) Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)	9 Menestra de verdures de temporada ECO (patata, pastanaga, mongeta tendra, espàrrecs) Llenties estofades amb arròs (1) ECO Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)	10 Bròquil amb pastanaga i patates Fricandó de vedella amb bolets variats Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)
13 Crema de pastanaga ECO amb rostes de pa casolanes (1) Truita francesa amb amanida de tomàquet a daus ECO (3) Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)	14 Mongeta tendra amb patata al vapor ECO Cigrons ECO estofats amb verdures (ceba, tomàquet) Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)	15 Paella de verdures de temporada (mongeta tendra, pastanaga i porro) ECO Cuetes de rap en salsa verda amb amanida de canonges (4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)	16 Verdura tricolor ECO (Bròquil, coliflor i carbassa) al vapor Amanida de llenties ECO (pastanaga ratllada i tomàquet a daus) (1) Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)	17- Menú final de curs Fideuada de verdures (alls tendres, pastanaga i xampinyons) (1,9) Pit de pollastre arrebossat (forn) amb amanida de pastanaga ratllada ECO (1,3,6,11) Macedònia de fruita temporada ECO + pa integral

DILLUNS	DIMARTS	BERENAR DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Pa integral amb tomàquet i gall dindi (1) + fruita	log nat sense ensucrar (7)/ logurt de soja (1,6,8) + fruita	Bastonets de pa integral amb hummus (1.11) + fruita	logurt natural sense ensucrar (7) + fruita	Pa integral amb formatge d'untar (1,3,7) + fruita



1. GLUTEN



2. CRUSTACEOS



3. HUEVO



4. PESCADO



5. CACAHUETE



6. SOJA



7. LECHE



8. FRUTOS SECOS



9. APIO



10. MOSTAZA



11. SESAMO



12. SULFITOS



13. MOLUSCOS



14. ALTRAMUCES

Carlota Vicens Martí
núm. col. CAT 001487

