



MENÚ:

LLAR D'INFANTS

Vedruna Palafrugell

MAIG 2024

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

01

FESTIU

02

03

08

09

10

15

16

17

22

STA JOAQUIMA

23

24

29

30

31

Macarrons amb salsa de tomàquet **06**

Gall Sant Pere al forn

Enciam i blat de moro

Pa i Fruita fresca

Berenar: Pa integral amb tomàquet i formatge

Espaguetis saltejats amb xampinyons **13**

Filet de lluç al forn

Enciam mesclum i pastanaga

Pa i Fruita fresca

Berenar: Bastonets de pa i iogurt natural

Arròs amb pastanaga i pèsols **20**

Rostit de llom amb saltejat de bolets

-

Pa i Fruita fresca

Berenar: Bastonets de pa i iogurt natural

Macarrons amb tomàquet **27**

Truita de patata

Enciam i cogombre

Pa i Fruita fresca

Berenar: Pa amb tomàquet i gall dindi

Arròs amb verdures **07**

Pit de gall dindi a la planxa

Carbassó al forn

Pa i Fruita fresca

Berenar: Bastonets de pa i iogurt natural

Arròs amb salsa de tomàquet **14**

Pit de gall dindi a la planxa

Enciam i blat de moro

Pa integral i logurt natural de proximitat

Berenar: Galetes i fruita fresca

Col amb patates saltejada **21**

Hamburguesa vegetal

Enciam, poma i blat de moro

Pa integral i Fruita fresca

Berenar: Pa amb tomàquet i gall dindi

Cigrons estofats amb patates **28**

Llom a la planxa

Tomàquet amanit

Pa i Fruita fresca

Berenar: Bastonets de pa i iogurt natural

Crema d'estiu (mongeta verda, carbassó i pastanaga) **08**

Cuixetes de pollastre rostides amb xampinyons i ceba

-

Pa integral i Fruita fresca

Berenar: Pa amb tomàquet i gall dindi

Vichyssoise **15**

Truita de patata

Enciam i formatge fresc

Pa i Fruita fresca

Berenar: Pa integral amb tomàquet i formatge

Pasta amb tomàquet **22**

Pasta amb tomàquet

Bacallà al forn amb tomàquet amanit

Pa i logurt natural de proximitat

Berenar: Bastonets de pa i iogurt natural

Crema de verdures **29**

Contracuixa de pollastre a la planxa

Enciam i daus de formatge

Pa integral i Fruita fresca

Berenar: Pa integral amb tomàquet i formatge

Bròquil amb patata **02**

Gall dindi a la planxa

Enciam mesclum i olives

Pa integral i logurt natural de proximitat

Berenar: Galetes i fruita fresca

Cigrons amb patates **09**

Truita francesa

Enciam i tomàquet

Pa integral i Fruita fresca

Berenar: Bastonets de pa i iogurt natural

Llenties guisades amb verdures **16**

Botifarra a la planxa

Patates al forn

Pa integral i Fruita fresca

Berenar: Bastonets de pa i iogurt natural

Mongetes blanques amb patates i oli d'oliva **23**

Truita francesa

Enciam, tomàquet i olives

Pa i Fruita fresca

Berenar: Galetes i fruita fresca

Mongeta verda amb patata **30**

Mandonguilles a la jardinera

-

Pa integral i logurt natural de proximitat

Berenar: Galetes i fruita fresca

Llenties estofades **03**

Pernilets de pollastre amb herbes provençals

Enciam i blat de moro

Pa i Fruita fresca

Berenar: Bastonets de pa i iogurt natural

Menestres de verdures **10**

Hamburguesa a la planxa

Enciam i cogombre

Pa i logurt natural de proximitat

Berenar: Galetes i fruita fresca

Mongeta verda amb patates **17**

Pernilets de pollastre amb herbes provençals

Enciam i olives

Pa i Fruita fresca

Berenar: Pa amb tomàquet i gall dindi

Sopa d'au amb fideus **24**

Rap al forn

Patata panadera al forn

Pa i Fruita fresca

Berenar: Pa integral amb tomàquet i formatge

FESTIU



MENÚ:

LLAR D'INFANTS - TRANSICIÓ



MAIG 2024

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTIU

FESTIU

01

02

03

06

07

08

09

10

13

14

15

16

17

20

21

22

23

24

27

28

29

30

31

Puré de carbassó, patata i gall Sant Pere

Puré de mongeta verda, patata i ou

Puré de carbassó, pastanaga, patata i gall dindi

Puré de carbassó, patata i pollastre

Puré de carbassa, patata i vedella

Triturat de fruites
Berengar: logurt natural

Triturat de fruites
Berengar: Triturat de fruites o fruita a trossets

Triturat de fruites
Berengar: Triturat de fruites o fruita a trossets

Triturat de fruites
Berengar: Triturat de fruites o fruita a trossets

logurt natural de proximitat
Berengar: Triturat de fruites o fruita a trossets

Puré de carbassa, carbassó, patata i lluç

Puré de pastanaga, patata i gall dindi

Puré de carbassó, patata i ou

Puré de mongeta verda, patata i bacallà

Puré de carbassa, pastanaga, patata i pollastre

Triturat de fruita
Berengar: logurt natural

logurt natural de proximitat
Berengar: Triturat de fruites o fruita a trossets

Triturat de fruita
Berengar: Triturat de fruites o fruita a trossets

Triturat de fruita
Berengar: Triturat de fruites o fruita a trossets

Triturat de fruita
Berengar: Triturat de fruites o fruita a trossets

Puré de pastanaga, carbassó, patata i porc

Puré de carbassa, patata i pollastre

Puré de carbassó, patata i gall dindi

Puré de mongeta verda, pastanaga, patata i ou

Puré de mongeta verda, carbassa, patata i rap

Triturat de fruita
Berengar: logurt natural

Triturat de fruita
Berengar: Triturat de fruites o fruita a trossets

Triturat de fruita
Berengar: Triturat de fruites o fruita a trossets

logurt natural de proximitat
Berengar: Triturat de fruites o fruita a trossets

Triturat de fruita
Berengar: Triturat de fruites o fruita a trossets

Puré de pastanaga, patata i ou

Puré de carbassó, patata i pollastre

Puré de mongeta verda, patata i porc

Puré de mongeta verda, pastanaga, patata i gall dindi

Triturat de fruita
Berengar: logurt natural

Triturat de fruita
Berengar: Triturat de fruites o fruita a trossets

Triturat de fruita
Berengar: Triturat de fruites o fruita a trossets

logurt natural de proximitat
Berengar: Triturat de fruites o fruita a trossets



MENÚ:

LLAR D'INFANTS SENSE CARN



MAIG 2024

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTIU

STAJOAQUIMA

FESTIU

01

02

03

Bròquil al vapor amb patata
Gall Sant Pere al forn
Amanida mesclum i olives
Pa integral iiogurt natural
Beremar: Galetes i fruita fresca

Lenties amb patates
Truita francesa casolana
Enciam i blat de moro
Pa i Fruita fresca
Beremar: Bastonets de pa i iogurt natural

08

09

10

Crema d'estiu (mongeta tendra, carbassó i pastanaga)
Remenat d'ou
Xampinyons saltejats amb all i julivert
Pa integral i Fruita fresca
Beremar: Pa amb tomàquet i formatge

Cigrons amb patates
Truita francesa
Enciam i tomàquet
Pa integral i Fruita fresca
Beremar: Bastonets de pa i iogurt natural

Menestre de verdures
Burguer deluxe vegetal a la planxa
Enciam i cogombre
Pa i iogurt natural
Beremar: Galetes i fruita fresca

15

16

17

Vichyssoise
Truita de patata i ceba
Enciam i formatge fresc
Pa i Fruita fresca
Beremar: Pa integral amb tomàquet i formatge

Lenties amb verdures
Burguer deluxe vegetal a la planxa
Patates al forn
Pa integral i Fruita fresca
Beremar: Bastonets de pa i iogurt natural

Mongetes tendres amb patates al vapor
Truita francesa casolana
Enciam i olives
Pa i Fruita fresca
Beremar: Pa amb tomàquet i formatge

22

23

24

Pasta amb tomàquet
Bacallà al forn amb tomàquet amanit
Pa i iogurt natural de proximitat
Beremar: Bastonets de pa i iogurt natural

Mongetes blanques amb patates
Truita francesa casolana
Enciam, tomàquet i olives
Pa integral i iogurt natural
Beremar: Galetes i fruita fresca

Sopa de verdures amb fideus
Rap al forn
Patates panaderes al forn
Pa i Fruita fresca
Beremar: Pa integral amb tomàquet i formatge

29

30

31

crema de verdures
Bacallà al forn
Amanida de enciam iceberg amb formatge
Pa integral i Fruita fresca
Beremar: Pa integral amb tomàquet i formatge

Mongetes tendres amb patates al vapor
Ous durs a la jardinera
Pa integral i iogurt natural
Beremar: Galetes i fruita fresca

Macarrons amb tomàquet
Gall Sant Pere al forn
Enciam i blat de moro
Pa i Fruita fresca
Beremar: Pa integral amb tomàquet i formatge

Arròs amb verdures
Filet de lluç a la planxa
Carbassó al forn
Pa i Fruita fresca
Beremar: Bastonets de pa i iogurt natural

Espaguetis saltejats amb xampinyons
Filet de lluç a la planxa
Enciam i pastanaga
Pa i Fruita fresca
Beremar: Bastonets de pa i iogurt natural

Arròs amb salsa de tomàquet
Bacallà al forn
Enciam i blat de moro
Pa integral i iogurt natural
Beremar: Galetes i fruita fresca

Arròs amb pastanaga i pèsols
Remenat d'ou
Xampinyons saltejats amb all i julivert
Pa i Fruita fresca
Beremar: Bastonets de pa i iogurt natural

Col amb patates saltejada
Hamburguesa vegetal a la planxa
Enciam, poma i blat de moro
Pa integral i Fruita fresca
Beremar: Pa amb tomàquet i formatge

Macarrons amb tomàquet
Truita de patata i ceba
Enciam i cogombre
Pa i Fruita fresca
Beremar: Pa amb tomàquet i formatge

Cigrons amb patates
Filet de lluç a la planxa
Tomàquet amanit
Pa i Fruita fresca
Beremar: Bastonets de pa i iogurt natural



CreA la Teva Rutina Saludable En Família

AENOR

PROTOCOL ENFRONT DEL COVID-19
HOSTESA

GLUP GLUP!



INTENTA DORMIR EL TEMPS NECESSARI CADA NIT



MILLORA EL TEU RITME I BALLA AMB LA TEVA MÚSICA PREFERIDA

RECORDA QUE LA HIDRATACIÓ ÉS IMPORTANT. TRIA SEMPRE AIGUA



SEGUEIX UNA DIETA SANA



CAMINA O VEU AMB BICICLETA SEMPRE QUE TINGUIS L'OPORTUNITAT



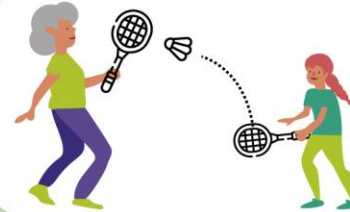
SEMPRE QUE PUGUIS, PUJA PER LES ESCALES



FES ESTIRAMENTS DIARIS I MILLORA LA TEVA FLEXIBILITAT



APROFITA LES FRUITES I VERDURES DE TEMPORADA



PRACTICA ESPORT TOTS ELS DIES

Treballem en l'educació per a una alimentació saludable. Per a això recuperem la nostra tradició gastronòmica amb productes de proximitat, frescos i ecològics i sense perdre la temporalitat de les nostres matèries primeres.

RECOMANADOR DE SOPARS

PRIMERS PLATS

Si a l'escola he menjat de primer...	Per sopar puc menjar de primer...
verdura	pasta/arròs
pasta/arròs	verdura
llegums	verdura pasta/arròs

SEGONS PLATS

Si a l'escola he menjat de segon...	Per sopar puc menjar de segon...
ou	carn peix
peix	ou carn
llegums	verdura ou
carn	ou peix

POSTRES



Entitats col·laboradores:



www.hostesa.com