

# Menú escolar

**Abril  
2025**

**Ausolan.**

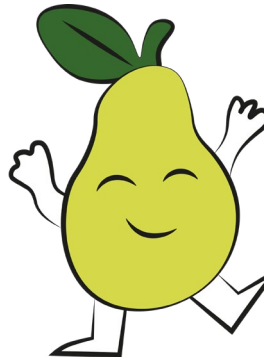
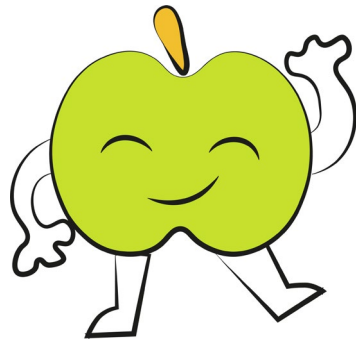
**Dilluns**

**Dimarts**

**Dimecres**

**Dijous**

**Divendres**



**Projecte  
educatiu**



**Sostenibilitat**



**Recomanacions  
nutricionals**

**21**

**FESTIU**



**22**

Prt. 21 HC. 123 Lip. 36 Kcal. 874

Arròs amb tomàquet i ceba  
Croquetes de rostit  
amb patates xips  
Fruita fresca de temporada

Verdura/Peix+cereals/Làctic

**23**

**SANT JORDI**

Sopa de galets  
Pollastre medieval  
amb enciam i cogombre  
Pastís de Sant Jordi

Verdura/Poro+cereal/Fruita

**24**

Prt. 24 HC. 90 Lip. 19 Kcal. 606

Macarrons amb albergínia  
Peix fresc de mercat  
amb enciam i tomàquet  
Fruita fresca de temporada

Amanida/Ou+cereal/Làctic

**25**

Prt. 33 HC. 82 Lip. 23 Kcal. 650

Llenties a la jardinera  
Truita de carbassó i ceba  
amb enciam i olives  
Fruita fresca de temporada

Verdura/Au+patata/Làctic

**28**

Prt. 19 HC. 104 Lip. 50 Kcal. 918

Paella de verdures  
Botifarra al forn  
amb samfaina  
Fruita fresca de temporada

per la nit: Cereal/Prot. Vegetal/Làctic

**29**

Prt. 29 HC. 82 Lip. 33 Kcal. 726

Amanida d'enciam, tomàquet i  
formatge fresc  
Cigrons amb hortalisses  
Fruita fresca de temporada

Amanida/Ou+verdura/Làctic

**30**

**JORNADA GASTRONÒMICA  
DEL DÀTIL**

Purè de carbassó  
Pollastre al romaní  
amb enciam i poma  
logurt amb dàtil

Verdura/Peix+patata/Fruita

Per qualsevol consulta us podeu posar en contacte amb el departament de nutrició a través del correu: dietistarcn@ausolan.com. El nostre menú es basa en la cuina mediterrània, casolana i de qualitat.

Menú elaborat per la dietista-nutricionista Sara Vinitzki col. CAT002669. A cycle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.

# Menú escolar

# Maig 2025

# Ausolan.

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
			1 <b>FESTIU</b>	2 Prt. 30 HC. 93 Lip. 30 Kcal. 741 Espirals amb formatge Lluç amb salsa verda Fruita fresca de temporada Amanida/Ou+verdura/Làctic
5 Prt. 34 HC. 79 Lip. 23 Kcal. 635 Llenties amb xoriço Lluç al forn amb all i julivert amb enciam i pastanaga Fruita fresca de temporada per la nit: Amanida/Poro+cereal/Làctic	6 Prt. 31 HC. 84 Lip. 29 Kcal. 698 Macarrons amb verdures Truita francesa amb enciam i olives logurt Verdura/Au+patata/Fruita	7 Prt. 18 HC. 70 Lip. 13 Kcal. 457 Sopa de brou amb fideus Pollastre a la farigola amb patates al forn Fruita fresca de temporada Amanida/Ou+verdura/Làctic	8 Prt. 24 HC. 63 Lip. 24 Kcal. 546 Purè de carbassó Calamars a l'andalusa casolana amb enciam i pastanaga Fruita fresca de temporada Cereal/Prot. vegetal/Làctic	9 Prt. 25 HC. 101 Lip. 17 Kcal. 635 Arròs amb tomàquet i ceba Estofat de gall dindi amb hortalisses Fruita fresca de temporada Verdura/Peix+patata/Làctic
12 Prt. 27 HC. 98 Lip. 24 Kcal. 692 Espaguetis amb albergínia Truita de formatge amb enciam i blat de moro Fruita fresca de temporada per la nit: Verdura/Au+patata/Làctic	13 Prt. 27 HC. 81 Lip. 46 Kcal. 98 Seques guisades Salsitxes al forn amb enciam i poma Fruita fresca de temporada Cereal/Peix+amanida/Làctic	14 Prt. 27 HC. 132 Lip. 25 KCal. 848 Crema de llegum i verdura Pizza margarita Fruita fresca de temporada Amanida/Au+cereal/Làctic	15 Prt. 26 HC. 55 Lip. 27 Kcal. 557 Mongeta verda amb patata Peix fresc de mercat amb enciam i olives logurt Cereal/Ou+verdura/Fruita	16 Prt. 18 HC. 99 Lip. 16 Kcal. 587 Paella de verdura Pollastre al forn amb salsa de prunes Fruita fresca de temporada Cereal/Vedella+verdura/Làctic
19 Prt. 24 HC. 65 Lip. 169 Kcal. 495 Minestra de verdura Estofat de gall dindi amb xampinyons Fruita fresca de temporada per la nit: Cereal/Ou+amanida/Làctic	20 Prt. 34 HC. 88 Lip. 36 Kcal. 796 Arròs amb tomàquet i ceba Salmó a la taronja amb enciam i pastanaga logurt Amanida/Au+cereal/Fruita	21 Prt. 32 HC. 84 Lip. 26 Kcal. 676 Cigrons estofats Truita de carbassó i ceba amb enciam i pebrot Fruita fresca de temporada Cereal/Porc+amanida/Làctic	22 Prt. 18 HC. 72 Lip. 49 Kcal. 755 Amanida de patata Hamburguesa de vedella amb enciam i cogombre Fruita fresca de temporada Verdura/Pot. Vegetal/Làctic	23 TAULA DESCOBERTA DE LES INFUSIONS Espaguetis amb tomàquet, alfàbrega i olives Aletes pollastre marinades amb patates fregides Fruita fresca de temporada Verdura/Peix+patata/Làctic
26 Prt. 27 HC. 90 Lip. 39 Kcal. 804 Crema de carbassa Fideus a la cassola Fruita fresca de temporada per la nit: Verdura/Au+patata/Làctic	27 Prt. 23 HC. 87 Lip. 20 Kcal. 605 Sopa de brou amb galets Truita de patata i ceba amb enciam i olives Fruita fresca de temporada Verdura/Peix+cereal/Làctic	28 Prt. 22 HC. 52 Lip. 19 Kcal. 456 Bròquil amb patates i pastanaga Pollastre a la canyella amb enciam i tomàquet logurt Amanida/Prot. Vegetal+patata/Fruita	29 Prt. 26 HC. 86 Lip. 28 Kcal. 682 Llenties a la jardinera Peix fresc de mercat amb enciam amanit Fruita fresca de temporada Cereal/Porc+verdura/Làctic	30 Prt. 23 HC. 97 Lip. 19 KCal. 643 Arròs amb quinoa edamame i panses Croquetes d'espínacs amb enciam i pastanaga Fruita fresca de temporada Amanida/Ou+patata/Làctic



Per qualsevol consulta us podeu posar en contacte amb el departament de nutrició a través del correu: dietistarcn@ausolan.com. El nostre menú es basa en la cuina mediterrània, casolana i de qualitat.

Menú elaborat per la dietista-nutricionista Sara Vinitzki col. CAT002669. A cycle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.

# Menú escolar

# Juny 2025

# Ausolan.

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<b>2</b> Prt. 26 HC. 64 Lip. 23 Kcal. 548 Mongeta verda amb patata Mandonguilles de vedella amb salsa de tomàquet Fruita fresca de temporada ☾ per la nit: Cereal/Ou+verdura/Làctic	<b>3</b> Prt. 15 HC. 111 Lip. 17 KCal. 675 Crema de carbassó Macarrons amb soja texturitzada Fruita fresca de temporada Amanida/Peix+cereal/Làctic	<b>4</b> Prt. 33 HC. 81 Lip. 23 Kcal. 640 seques guisades Truita de carbassó i ceba amb enciam i pebrot Fruita fresca de temporada Verdura/Au+cereal/Làctic	<b>5</b> Prt. 27 HC. 95 Lip. 26 Kcal. 692 Arròs amb xampinyons Bacallà al forn amb samfaina Fruita fresca de temporada Amanida/Prot. Vegetal/Làctic	<b>6</b> JORNADA GATRNONÒMICA DEL SAHARA Cuscús amb verdura Estofat de pollastre saharauí logurt amb mel Verdura/Ou+patata/Fruita
<b>9</b> Prt. 24 HC. 95 Lip. 27 Kcal. 692 Paella de verdura Truita de formatge amb enciam i pebrot Fruita fresca de temporada ☾ per la nit: Amanida/Prot. Vegetal/Làctic	<b>10</b> Prt. 23 HC. 68 Lip. 17 Kcal. 495 Vichyssoise Estofat de gall dindi amb hortalisses Fruita fresca de temporada Cereal/Peix+llegum/Làctic	<b>11</b> Prt. 34 HC. 107 Lip. 30 Kcal. 818 Espirals gratinats Pollastre arrebossat amb enciam i cogombre logurt Verdura/Au+patata/Fruita	<b>12</b> Prt. 34 HC. 81 Lip. 17 Kcal. 595 Cigrons estofats Llom rostit amb poma al forn Fruita fresca de temporada Amanida/Ou+verdura/Làctic	<b>13</b> Prt. 20 HC. 53 Lip. 29 Kcal. 544 Amanida russa Peix fresc de mercat Amb enciam i blat de moro Fruita fresca de temporada Verdura/Porc+cereal/Làctic
<b>16</b> Prt. 33 HC. 86 Lip. 22 Kcal. 656 Llenties a la jardineria Truita de patata i ceba amb enciam i tomàquet Fruita fresca de temporada ☾ per la nit: Amanida/Peix+cereal/Làctic	<b>17</b> Prt. 19 HC. 101 Lip. 38 Kcal. 777 Arròs amb tomàquet i ceba Hamburguesa de vedella amb ceba caramel·litzada Fruita fresca de temporada Verdura/Au+cereal/Làctic	<b>18</b> Prt. 28 HC. 63 Lip. 39 Kcal. 694 Amanida de patata Cua de rap arrebossada amb enciam i olives Fruita fresca de temporada Cereal/Ou+amanida/Làctic	<b>19</b> Prt. 21 HC. 91 Lip. 19 Kcal. 593 Macarrons amb albergínia Pollastre a la llimona amb enciam i pastanaga Fruita fresca de temporada Amanida/Prot. Vegetal/Làctic	<b>20</b> FI DE CURS Pica-pica Pizza de pernil i formatge Gelat Amanida/Vedella+verdura/Fruita



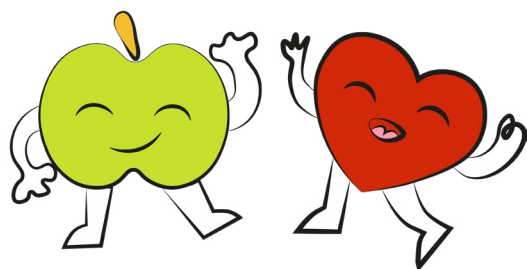
**Projecte educatiu**



**Sostenibilitat**



**Recomanacions nutricionals**



Per qualsevol consulta us podeu posar en contacte amb el departament de nutrició a través del correu: dietistarcn@ausolan.com. El nostre menú es basa en la cuina mediterrània, casolana i de qualitat.

Menú elaborat per la dietista-nutricionista Sara Vinitzki col. CAT002669. A cycle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.