



MENÚ SENSE CARN - JUNE 2025

FEDAC GUISSONA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
LA FRUITA ÉS DE TEMPORADA. LA VARIETAT D'AQUEST MES : POMA, PERA, PLÀTAN, SÍNDRIA I MELÓ.  De temporada	EL PA ÉS LOCAL I ESTA INCLÒS EN TOTS ELS ÀPATS. OFERIM PA INTEGRAL CADA DIA.	L'OLI D'OLIVA QUE ES SERVEIX PER AMANIR ÉS VERGE EXTRA.  Oli d'oliva verge extra		
2 Vichyssoise Truita de patata amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	3 Amanida de pasta ECO Filet d'abadejo al forn amb picada d'all i julivert i amanida d'enciam i pastanaga ratllada Fruita del temps  Produit écologique	4 Arròs amb salsa de tomàquet Hamburguesa vegetal amb salsa de ceba i daus de pastanaga Fruita del temps	5 Llenties amb verdures Truita a la francesa amb pa amb tomàquet i amanida d'enciams variats Fruita del temps	6 Bròquil amb patata Filet de lluç amb pisto de verdures logurt natural La Fageda
9 Amanida complerta amb ou dur Macarrons amb soja texturitzada Fruita del temps	10 Verdura tricolor amb sofregit d'all Truita a la francesa amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	11 Amanida de patata Assortit de fregits (no carn) amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	12 Cigrons guisats Truita de patata i carbassó amb amanida de tomàquet i olives logurt natural La Fageda	13 Amanida d'arròs Salmó al forn amb fines herbes base de patata i ceba Fruita del temps
16 Empedrat de llenties Hamburguesa vegetal a la planxa amb amanida d'enciams variats Fruita del temps	17 Crema de carbassó amb crostonets de pa Truita de patata i ceba amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	18 Espaguetis ECO amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps  Produit écologique	19 Amanida russa amb maionesa Truita a la francesa amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	20 JORNADA FÍ DE CURS Pokeball Twister vegetable Ice cream  Estiu

Aquest menú és sa i equilibrat, dissenyat pels nostres experts nutricionistes.



la ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida
més saludable, inclusiva i sostenible

01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprenem hàbits
saludables per a tota la vida.

02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprenem a conviure,
respectar i celebrar la diversitat.

03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir cura
del planeta amb cada mos.

04 Joc

Aprender jugant és més divertit! El migdia és el
nostre moment per riure i descobrir junts.

Recomanador de sopars

Primers plats

 Si a l'escola el primer plat
era...

 Per sopar pot
ser...

 Verdura

>

 Pasta/Arròs

 Pasta/Arròs

>

 Verdura

 Llegums

>

 Verdura  Pasta/Arròs

Segons plats

 Si a l'escola el segon plat
va ser...

 Per sopar pot ser...

 Ou

>

 carn  Peix

 Peix

>

 Ou  carn

 Llegums

>

 Verdura  Ou

 carn

>

 Ou  Peix

 Fruita

>

 Lacti



MENÚ SENSE LACTOSA - JUNY 2025

FEDAC GUISSONA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
LA FRUITA ÉS DE TEMPORADA. LA VARIETAT D'AQUEST MES : POMA, PERA, PLÀTAN, SÍNDRIA I MELÓ.  De temporada	EL PA ÉS LOCAL I ESTA INCLÒS EN TOTS ELS ÀPATS. OFERIM PA INTEGRAL CADA DIA.	L'OLI D'OLIVA QUE ES SERVEIX PER AMANIR ÉS VERGE EXTRA.  Oli d'oliva verge extra		
2 Vichyssoise (s/làctics) Pollastre rostit amb herbes aromàtiques i amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	3 Amanida de pasta ECO s/salses Filet d'abadejo al forn amb picada d'all i julivert i amanida d'enciam i pastanaga ratllada Fruita del temps  Producte ecològic	4 Arròs amb salsa de tomàquet Cinta de llom amb salsa de ceba i daus de pastanaga Fruita del temps	5 Llenties amb verdures Truita a la francesa amb pa amb tomàquet i amanida d'enciams variats Fruita del temps	6 Bròquil amb patata Daus de gall dindi amb pisto de verdures logurt de soja
9 Amanida complerta amb ou dur Macarrons amb soja texturitzada Fruita del temps	10 Verdura tricolor amb sofregit d'all Pit de pollastre amb salsa de ceba Fruita del temps	11 Amanida de patata s/salses Assortit de fregits s/lactosa amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	12 Cigrons guisats Truita de patata i carbassó amb amanida de tomàquet i olives logurt de soja	13 Amanida d'arròs s/salses Salmó al forn amb fines herbes base de patata i ceba Fruita del temps
16 Empedrat de llenties Pit de pollastre a la planxa amb amanida d'enciams variats Fruita del temps	17 Crema de carbassó amb crostonets de pa (s/làctics) Truita de patata i ceba amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	18 Espaguetis ECO amb salsa de tomàquet Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps  Producte ecològic	19 Amanida russa amb oli d'oliva Mandonguilles s/lactosa amb salsa de tomàquet Fruita del temps	20 JORNADA FÍ DE CURS Pokeball Twister chicken Soy yogurt  Estiu

Aquest menú és sa i equilibrat, dissenyat pels nostres experts nutricionistes.



la ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida
més saludable, inclusiva i sostenible

01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprenem hàbits
saludables per a tota la vida.

02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprenem a conviure,
respectar i celebrar la diversitat.

03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir cura
del planeta amb cada mos.

04 Joc

Aprender jugar és més divertit! El migdia és el
nostre moment per riure i descobrir junts.

Recomanador de sopars

Primers plats

 Si a l'escola el primer plat
era...

 Per sopar pot
ser...

 Verdura

>

 Pasta/Arròs

 Pasta/Arròs

>

 Verdura

 Llegums

>

 Verdura  Pasta/Arròs

Segons plats

 Si a l'escola el segon plat
va ser...

 Per sopar pot ser...

 Ou

>

 carn  Peix

 Peix

>

 Ou  carn

 Llegums

>

 Verdura  Ou

 carn

>

 Ou  Peix

 Fruita

>

 Lacti





MENÚ SENSE GLUTEN - JUNY 2025

FEDAC GUISSONA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
LA FRUITA ÉS DE TEMPORADA. LA VARIETAT D'AQUEST MES : POMA, PERA, PLÀTAN, SÍNDRIA I MELÓ.  De temporada	EL PA ESTA INCLÒS EN TOTS ELS ÀPATS.	L'OLI D'OLIVA QUE ES SERVEIX PER AMANIR ÉS VERGE EXTRA.  oli d'oliva verge extra		
2 Vichyssoise Pollastre rostit amb herbes aromàtiques i amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	3 Amanida de pasta s/gluten Filet d'abadejo al forn amb picada d'all i julivert i amanida d'enciam i pastanaga ratllada Fruita del temps	4 Arròs amb salsa de tomàquet Cinta de llom amb salsa de ceba i daus de pastanaga Fruita del temps	5 Crema de verdures Truita a la francesa amb pa s/gluten amb tomàquet i amanida d'enciams variats Fruita del temps	6 Bròquil amb patata Daus de gall dindi amb pisto de verdures logurt natural La Fageda
9 Amanida complerta amb ou dur Macarrons s/gluten a la bolonyesa Fruita del temps	10 Verdura tricolor amb sofregit d'all Pit de pollastre amb salsa de formatges Fruita del temps	11 Amanida de patata Cinta de llom a la planxa amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	12 Cigrons guisats Truita de patata i carbassó amb amanida de tomàquet i olives logurt natural La Fageda	13 Amanida d'arròs Salmó al forn amb fines herbes base de patata i ceba Fruita del temps
16 Verdura del temps amb patata Pit de pollastre a la planxa amb amanida d'enciams variats Fruita del temps	17 Crema de carbassó Truita de patata i ceba amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	18 Espaguetis s/gluten amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps	19 Amanida russa amb maionesa Mandonguilles s/gluten amb salsa de tomàquet Fruita del temps	20 JORNADA FÍ DE CURS Pokeball Twister chicken Ice cream  Estiu

Aquest menú és sa i equilibrat, dissenyat pels nostres experts nutricionistes.



la ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida
més saludable, inclusiva i sostenible

01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprenem hàbits
saludables per a tota la vida.

02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprenem a conviure,
respectar i celebrar la diversitat.

03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir cura
del planeta amb cada mos.

04 Joc

Aprender jugant és més divertit! El migdia és el
nostre moment per riure i descobrir junts.

Recomanador de sopars

Primers plats

 Si a l'escola el primer plat
era...

 Per sopar pot
ser...

 Verdura



 Pasta/Arròs

 Pasta/Arròs



 Verdura

 Llegums



 Verdura  Pasta/Arròs

Segons plats

 Si a l'escola el segon plat
va ser...

 Per sopar pot ser...

 Ou



 carn  Peix

 Peix



 Ou  carn

 Llegums



 Verdura  Ou

 carn



 Ou  Peix

 Fruita



 Lacti





MENÚ OVOLACTOVEGETARIÀ - JUNY 2025

FEDAC GUISSONA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
LA FRUITA ÉS DE TEMPORADA. LA VARIETAT D'AQUEST MES : POMA, PERA, PLÀTAN, SÍNDRIA I MELÓ.  De temporada	EL PA ÉS LOCAL I ESTA INCLÒS EN TOTS ELS ÀPATS. OFERIM PA INTEGRAL CADA DIA.	L'OLI D'OLIVA QUE ES SERVEIX PER AMANIR ÉS VERGE EXTRA.  Oli d'oliva verge extra		
2 Vichyssoise Truita de patata amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	3 Crema de llegums Amanida de pasta ECO Fruita del temps  Produït ecològic	4 Arròs amb salsa de tomàquet Hamburguesa vegetal amb salsa de ceba i daus de pastanaga Fruita del temps	5 Llenties amb verdures Truita a la francesa amb pa amb tomàquet i amanida d'enciams variats Fruita del temps	6 Bròquil amb patata Quinoa amb pisto de verdures logurt natural La Fageda
9 Amanida complerta amb ou dur Macarrons amb soja texturitzada Fruita del temps	10 Verdura tricolor amb sofregit d'all Truita a la francesa amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	11 Amanida de patata Assortit de fregits (no carn) amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	12 Cigrons guisats Truita de patata i carbassó amb amanida de tomàquet i olives logurt natural La Fageda	13 Crema de llegums Amanida d'arròs Fruita del temps
16 Empedrat de llenties Hamburguesa vegetal a la planxa amb amanida d'enciams variats Fruita del temps	17 Crema de carbassó amb crostonets de pa Truita de patata i ceba amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	18 Amanida verda amb quinoa Espaguetis ECO amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Fruita del temps  Produït ecològic	19 Amanida russa amb maionesa Truita a la francesa amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	20 JORNADA FÍ DE CURS Pokeball Twister vegetable Ice cream  Estiu

Aquest menú és sa i equilibrat, dissenyat pels nostres experts nutricionistes.



la ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida
més saludable, inclusiva i sostenible

01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprenem hàbits
saludables per a tota la vida.

02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprenem a conviure,
respectar i celebrar la diversitat.

03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir cura
del planeta amb cada mos.

04 Joc

Aprender jugar és més divertit! El migdia és el
nostre moment per riure i descobrir junts.

Recomanador de sopars

Primers plats

 Si a l'escola el primer plat
era...

 Per sopar pot
ser...

 Verdura

>

 Pasta/Arròs

 Pasta/Arròs

>

 Verdura

 Llegums

>

 Verdura

 Pasta/Arròs

Segons plats

 Si a l'escola el segon plat
va ser...

 Per sopar pot ser...

 Ou

>

 carn

 Peix

 Peix

>

 Ou

 carn

 Llegums

>

 Verdura

 Ou

 carn

>

 Ou

 Peix

 Fruita

>

 Lacti





MENÚ SENSE PORC - JUNE 2025

FEDAC GUISSONA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
LA FRUITA ÉS DE TEMPORADA. LA VARIETAT D'AQUEST MES : POMA, PERA, PLÀTAN, SÍNDRIA I MELÓ.  De temporada	EL PA ÉS LOCAL I ESTA INCLÒS EN TOTS ELS ÀPATS. OFERIM PA INTEGRAL CADA DIA.	L'OLI D'OLIVA QUE ES SERVEIX PER AMANIR ÉS VERGE EXTRA.  Oli d'oliva verge extra		
2 Vichyssoise Pollastre rostit amb herbes aromàtiques i amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	3 Amanida de pasta ECO Filet d'abadejo al forn amb picada d'all i julivert i amanida d'enciam i pastanaga ratllada Fruita del temps  Produït ecològic	4 Arròs amb salsa de tomàquet Hamburguesa vegetal amb salsa de ceba i daus de pastanaga Fruita del temps	5 Llenties amb verdures Truita a la francesa amb pa amb tomàquet i amanida d'enciams variats Fruita del temps	6 Bròquil amb patata Daus de gall dindi amb pisto de verdures logurt natural La Fageda
9 Amanida complerta amb ou dur Macarrons amb soja texturitzada Fruita del temps	10 Verdura tricolor amb sofregit d'all Pit de pollastre amb salsa de formatges Fruita del temps	11 Amanida de patata Assortit de fregits amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	12 Cigrons guisats Truita de patata i carbassó amb amanida de tomàquet i olives logurt natural La Fageda	13 Amanida d'arròs Salmó al forn amb fines herbes base de patata i ceba Fruita del temps
16 Empedrat de llenties Hamburguesa vegetal a la planxa amb amanida d'enciams variats Fruita del temps	17 Crema de carbassó amb crostonets de pa Truita de patata i ceba amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	18 Espaguetis ECO amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps  Produït ecològic	19 Amanida russa amb maionesa Truita a la francesa amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps	20 JORNADA FÍ DE CURS Pokeball Twister chicken Ice cream  Estiu

Aquest menú és sa i equilibrat, dissenyat pels nostres experts nutricionistes.



la ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida
més saludable, inclusiva i sostenible

01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprenem hàbits
saludables per a tota la vida.

02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprenem a conviure,
respectar i celebrar la diversitat.

03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir cura
del planeta amb cada mos.

04 Joc

Aprender jugant és més divertit! El migdia és el
nostre moment per riure i descobrir junts.

Recomanador de sopars

Primers plats

 Si a l'escola el primer plat
era...

 Per sopar pot
ser...

 Verdura

>

 Pasta/Arròs

 Pasta/Arròs

>

 Verdura

 Llegums

>

 Verdura  Pasta/Arròs

Segons plats

 Si a l'escola el segon plat
va ser...

 Per sopar pot ser...

 Ou

>

 carn  Peix

 Peix

>

 Ou  carn

 Llegums

>

 Verdura  Ou

 carn

>

 Ou  Peix

 Fruita

>

 Lacti





MENÚ BASAL - JUNY 2025

FEDAC GUISSONA

DILLUNS

LA FRUITA ÉS DE TEMPORADA. LA VARIETAT D'AQUEST MES : POMA, PERA, PLÀTAN, SÍNDRIA I MELÓ.



De temporada

2

Vichyssoise

Pollastre rostit amb herbes aromàtiques i amanida de tomàquet i olives

Fruita del temps

602,5Kcal - Prot:31,0g - Lip:20,8g - HC:69,7g

9

Amanida complerta amb ou dur
Macarrons a la bolonyesa

Fruita del temps

620Kcal - Prot:20,37g - Lip:22,61g - HC:70,02g

16

Empedrat de lleties
Hamburguesa vegetal a la planxa amb
amanida d'enciams variats

Fruita del temps

637,7Kcal - Prot:29,5g - Lip:23,4g - HC:66,4g

DIMARTS

EL PA ÉS LOCAL I ESTA INCLÒS EN TOTS ELS ÀPATS. OFERIM PA INTEGRAL CADA DIA.

3

Amanida de pasta **ECO**
Filet d'abadejo al forn amb picada d'all i julivert i amanida d'enciam i pastanaga ratllada

Fruita del temps

510,1Kcal - Prot:26,9g - Lip:14,1g - HC:62,4g

10

Verdura tricolor amb sofregit d'all
Pit de pollastre amb salsa de formatges

Fruita del temps

610,25Kcal - Prot:29,37g - Lip:20,51g - HC:66,75g

17

Crema de carbassó amb crostonets de pa
Truita de patata i ceba amb amanida de tomàquet i olives

Fruita del temps

637,7Kcal - Prot:29,5g - Lip:23,4g - HC:66,4g

DIMECRES

L'OLI D'OLIVA QUE ES SERVEIX PER AMANIR ÉS VERGE EXTRA.



oli d'oliva verge extra

4

Arròs amb salsa de tomàquet
Cinta de llonganissa amb salsa de ceba i daus de pastanaga
Fruita del temps

604,8Kcal - Prot:34,6g - Lip:22,5g - HC:62,2g

11

Amanida de patata
Assortit de fregits amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

600,51Kcal - Prot:25,91g - Lip:16,63g - HC:57,96g

18

Espaguetis **ECO** amb salsa de tomàquet i formatge ratllat
Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam i cogombre
Fruita del temps

660,71Kcal - Prot:19,91g - Lip:17,53g - HC:67,99g



Producte ecològic

DIJOUS

5

Llenties amb verdures
Truita a la francesa amb pa amb tomàquet i amanida d'enciams variats

Fruita del temps

606,0Kcal - Prot:18,6g - Lip:9,9g - HC:70g

12

Cigrons guisats
Truita de patata i carbassó amb amanida de tomàquet i olives

logurt natural La Fageda

574,42Kcal - Prot:18,38g - Lip:7,19g - HC:58,28g

19

Amanida russa amb maionesa
Mandonguilles amb salsa de tomàquet

Fruita del temps

608,1Kcal - Prot:21,8g - Lip:19,2g - HC:69,8g

DIVENDRES

6

Bròquil amb patata
Daus de gall dindi amb pisto de verdures
logurt natural La Fageda

614Kcal - Prot:32,6g - Lip:20,5g - HC:60,1g

13

Amanida d'arròs
Salmó al forn amb fines herbes base de patata i ceba

Fruita del temps

600,51Kcal - Prot:25,91g - Lip:16,63g - HC:57,96g

20

JORNADA FÍ DE CURS
Pokeball
Twister chicken
Ice cream



Estiu

Aquest menú és sa i equilibrat, dissenyat pels nostres experts nutricionistes.



la ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida
més saludable, inclusiva i sostenible

01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprenem hàbits
saludables per a tota la vida.

02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprenem a conviure,
respectar i celebrar la diversitat.

04 Joc

Aprendre jugant és més divertit! El migdia és el
nostre moment per riure i descobrir junts.

03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir
cura del planeta amb cada mos.

Recomanador de sopars

Primers plats

Si a l'escola el primer plat
era...



Verdura



Pasta/Arròs



Llegums



Per sopar pot
ser...



Pasta/Arròs



Verdura



Verdura



Pasta/Arròs

Segons plats

Si a l'escola el segon plat va
ser...



Ou



Peix



Llegums



carn



Per sopar pot ser...



carn



Peix



Ou



carn



Verdura



Ou



Ou



Peix



Fruita



Lacti