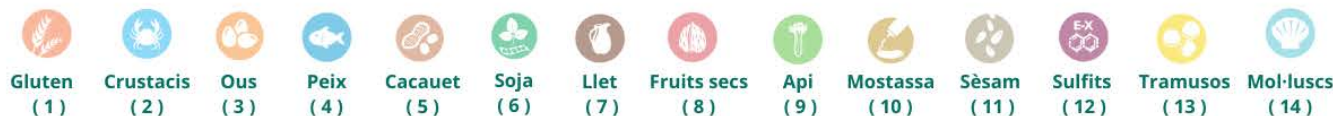


DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1P PÈSOLS AMB PATATES BULLIDES 2P MANDONGUILLES MIXTES AMB SALSA DE VERDURES I CURRI (1, 6, 10, 12) GU CUSCÚS SALTEJAT (1, 7) PO FRUITA DEL TEMPS 2	1P MACARRONS AL PESTO ROSSO (1, 5, 7, 8, T3, T6, T10) 2P POLLASTRE ROSTIT AL FORN GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, POMA I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS 3	1P AMANIDA DE LLENTIES (tonyina, olives negres, pastanaga i tomàquet) (4, T1) 2P TRUITA DE PATATES AMB CEBÀ (3) GU CARBASSÓ ARREBOSSAT (1, 3, T6, T10) PO FRUITA DEL TEMPS 4	1P ARRÒS A BANDA AMB CALAMAR (fumet casolà) (2, 4, 9, 14, T4) 2P LLUÇ A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 5	1P CREMA DE CARBASSÓ (amb ceba, porro i patata) 2P BURRITOS DE GALL DINDI (1, 10) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB RAVENETS I PASTANAGA PO IOGURT eco a granel (7) 6
FESTA 9	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P CROQUETES GOURMETS DE CARN D'OLLA (1, 7, 14, T2, T3, T4, T6, T8, T9, T10, T11) GU TASTET DE GASPATXO (12) PO IOGURT eco a granel (7) 10	1P VICHYSOISE (crema de llet, porros i patates) (7) 2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL DE LLENTIES (1, T6, T10) PO FRUITA DEL TEMPS 11	1P CIGRONS SALTEJATS AMB CEBÀ I BACON 2P GALL DINDI AMB SALSA DE SOJA, MEL I SÈSAM (1, 6, 11) GU CRUDITÉS PO FRUITA DEL TEMPS 12	1P AMANIDA DE PATATA (olives negres, tomàquet i tonyina) (3, 4, T3) 2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4) GU EDAMAMES (6) PO FRUITA DEL TEMPS 13
1P FUSSILIS AMB SALSA DE FORMATGES (1, 7, T3, T6, T10) 2P LLUÇ A LA GALLEGA (al forn amb ceba i pebre vermell) (4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS 16	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P TRUITA DE CARBASSÓ I CEBÀ (3) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 17	1P AMANIDA DE LLENTIES (tonyina, olives negres, pastanaga i tomàquet) (4, T1) 2P POLLASTRE EN PEPITORIA (1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 11) GU PATATA PANADERA PO FRUITA DEL TEMPS 18	1P CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) 2P PIZZA CASOLANA DE PERNIL (salsa de tomàquet i mozzarella) (1, 7, T6, T10) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, PASTANAGA I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS/ GELAT DE GEL (ESO) 19	1P MACARRONS AL GUST (dues salses a escollir: salsa de tomàquet o salsa de formatges) amb formatge ratllat (1, 3, 6, 7, 12, T6, T10) 2P HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (12) GU PATATES XIPS PO GELAT DE GEL DE TARONJA O LLIMONA (7) 20

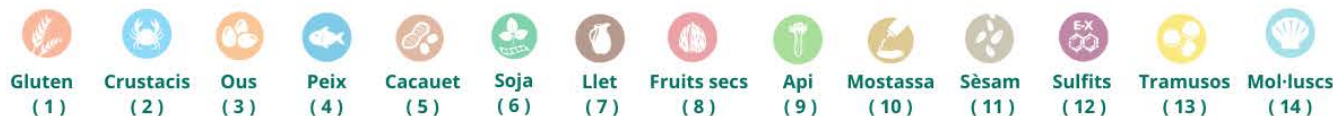
Les postres poden variar de dia per tal de garantir el consum de la fruita en el seu punt òptim de maduració.



JUNY | ESCOLA THAU BARCELONA (vegà)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1P PÈSOLS AMB PATATES BULLIDES 2P MANDONGUILLES de cigró AMB SALSA DE VERDURES I CURRI (1, 6, 10) GU CUSCÚS SALTEJAT sense làctics (1) PO FRUITA DEL TEMPS	1P MACARRONS AL PESTO ROSSO vegà (1, 5, 8, T6, T10) 2P TOFU AL FORN (1, 6) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, POMA I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS	1P MENESTRA DE VERDURES 2P AMANIDA DE LLENTIES (olives negres, pastanaga i tomàquet) (T1) GU CARBASSÓ a la planxa PO IOGURT VEGETAL DE SOJA (6)	1P ARRÒS AMB VERDURES 2P SALSITXES VEGETARIANES A LA PLANXA (1, 6) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS	1P CREMA DE CARBASSÓ (amb ceba, porro i patata) 2P BURRITOS VEGANS DE SOJA TEXTURITZADA (1, T7, T8 10) AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB RAVENETS I PASTANAGA GU IOGURT VEGETAL DE SOJA (6)
2	3	4	5	6
FESTA				
1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P HUMMUS CASOLÀ AMB DIPS DE PA (1) GU TASTET DE GASPATXO (12) PO IOGURT VEGETAL DE SOJA (6)	1P CREMA DE PORROS vegana 2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL DE LLENTIES (1, T6, T10) PO FRUITA DEL TEMPS	1P CIGRONS SALTEJATS AMB CEBÀ 2P HAMBURGUESA VEGETARIANA A LA PLANXA (12) GU CRUDITÉS PO IOGURT VEGETAL DE SOJA (6)	1P AMANIDA DE PATATA vegana (olives negres, tomàquet) 2P TOFU AL FORN (1,) GU EDAMAMES (6) PO FRUITA DEL TEMPS	
9	10	11	12	13
1P FUSSILIS AMB VERDURETS (1, T6, T10) 2P TOFU SALTEJAT (1, 6) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P SEITAN GUISAT (1, 6) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS	1P VERDURA DE TEMPORADA 2P AMANIDA DE LLENTIES (olives negres, pastanaga i tomàquet) (T1) GU PATATA PANADERA PO IOGURT VEGETAL DE SOJA (6)	1P CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) 2P PIZZA CASOLANA VEGANAN DE XAMPINYONS I HORTALISSES (salsa de tomàquet) (1, T6, T10) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, PASTANAGA I TOMÀQUET PO IOGURT VEGETAL DE SOJA (6)	1P MACARRONS AMBSOFREGIT D'HORTALISSES (1, T6, T10) 2P HAMBURGUESA VEGETARIANA A LA PLANXA (12) GU PATATES XIPS PO GELAT VEGÀ
16	17	18	19	20

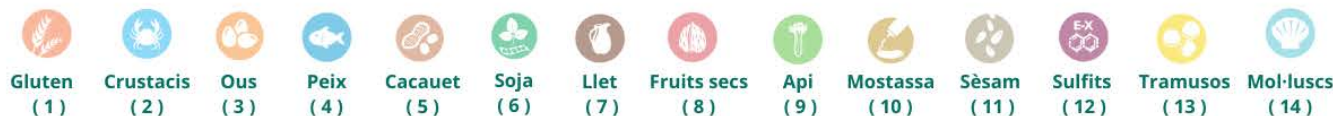
Les postres poden variar de dia per tal de garantir el consum de la fruita en el seu punt òptim de maduració.



JUNY | ESCOLA THAU BARCELONA (ovolactovegetarià)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1P PÈSOLS AMB PATATES BULLIDES 2P MANDONGUILLES de cigró AMB SALSA DE VERDURES I CURRI (1, 6, 10) GU CUSCÚS SALTEJAT (1, 7) PO FRUITA DEL TEMPS 2	1P MACARRONS AL PESTO ROSSO (1, 5, 7, 8, T3, T6, T10) 2P TOFU AL FORN (1, 6) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, POMA I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS 3	1P AMANIDA DE LLENTIES (olives negres, pastanaga i tomàquet) (T1) 2P TRUITA DE PATATES AMB CEBA (3) GU CARBASSÓ ARREBOSSAT (1, 3, T6, T10) PO FRUITA DEL TEMPS 4	1P ARRÒS AMB VERDURES 2P SALSITXES VEGETARIANES A LA PLANXA (1, 6) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 5	1P CREMA DE CARBASSÓ (amb ceba, porro i patata) 2P BURRITOS VEGETARIANS (1, 7, 10) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB RAVENETS I PASTANAGA PO IOGURT (7) 6
FESTA 9	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P CROQUETES D'ESPINACS (1, 7, 14, T2, T3, T4, T6, T8, T9, T10, T11) GU TASTET DE GASPATXO (12) PO IOGURT (7) 10	1P VICHYSOISE (crema de llet, porros i patates) (7) 2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL DE LLENTIES (1, T6, T10) PO FRUITA DEL TEMPS 11	1P CIGRONS SALTEJATS AMB CEBA 2P TRUITA DE VERDURES (3) GU CRUDITÉS PO FRUITA DEL TEMPS 12	1P AMANIDA DE PATATA (olives negres, tomàquet) (3, T3) 2P TOFU AL FORN (1,) GU EDAMAMES (6) PO FRUITA DEL TEMPS 13
1P FUSSILIS AMB SALSA DE FORMATGES (1, 7, T3, T6, T10) 2P TOFU SALTEJAT (1, 6) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS 16	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P TRUITA DE CARBASSÓ I CEBA (3) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 17	1P VERDURA DE TEMPORADA 2P AMANIDA DE LLENTIES (olives negres, pastanaga i tomàquet) (T1) GU PATATA PANADERA PO FRUITA DEL TEMPS 18	1P CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) 2P PIZZA CASOLANA DE XAMPINYONS (salsa de tomàquet i mozzarella) (1, 7, T6, T10) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, PASTANAGA I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS/ GELAT DE GEL (ESO) 19	1P MACARRONS AL GUST (dues salses a escollir: salsa de tomàquet o salsa de formatges) amb formatge ratllat (1, 3, 6, 7, 12, T6, T10) 2P HAMBURGUESA VEGETARIANA A LA PLANXA (12) GU PATATES XIPS GELAT DE GEL DE PO TARONJA O LLIMONA (7) 20

Les postres poden variar de dia per tal de garantir el consum de la fruita en el seu punt òptim de maduració.



JUNY | ESCOLA THAU BARCELONA (sense gluten)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1P PÈSOLS AMB PATATES BULLIDES 2P MANDONGUILLES MIXTES AMB SALSA DE VERDURES (12) GU PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS 2	1P MACARRONS sense gluten AL PESTO ROSSO (5, 7, 8, T3, T6, T10) 2P POLLASTRE ROSTIT AL FORN GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, POMA I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS 3	1P AMANIDA DE LLENTIES sense gluten (tonyina, olives negres, pastanaga i tomàquet) (4) 2P TRUITA DE PATATES AMB CEBA (3) GU CARBASSÓ A LA PLANXA PO FRUITA DEL TEMPS 4	1P ARRÒS A BANDA AMB CALAMAR (fumet casolà) (2, 4, 9, 14, T4) 2P LLUÇ A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 5	1P CREMA DE CARBASSÓ (amb ceba, porro i patata) 2P BURRITOS DE GALL DINDI sense gluten (10) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB RAVENETS I PASTANAGA PO IOGURT (7) 6
FESTA 9	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P CROQUETES sense gluten (3, 7, 12) GU TASTET DE GASPATXO (12) PO IOGURT (7) 10	1P VICHYSOISE (crema de llet, porros i patates) (7) 2P ESPAGUETIS sense gluten A LA BOLONYESA VEGETAL DE LLENTIES sense gluten PO FRUITA DEL TEMPS 11	1P CIGRONS SALTEJATS AMB CEBA I BACON 2P GALL DINDI AMB SÈSAM (11) GU CRUDITÉS PO FRUITA DEL TEMPS 12	1P AMANIDA DE PATATA (olives negres, tomàquet i tonyina) (3, 4, T3) 2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4) GU EDAMAMES (6) PO FRUITA DEL TEMPS 13
1P FUSSILIS sense gluten AMB SALSA DE FORMATGES (7, T3) 2P LLUÇ A LA GALLEGA (al forn amb ceba i pebre vermell) (4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS 16	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P TRUITA DE CARBASSÓ I CEBA (3) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 17	1P AMANIDA DE LLENTIES sense gluten (tonyina, olives negres, pastanaga i tomàquet) (4) 2P POLLASTRE AL FORN GU PATATA PANADERA PO FRUITA DEL TEMPS 18	1P CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) 2P PIZZA CASOLANA DE PERNIL sense gluten (salsa de tomàquet i mozzarella) (7, T6, T10) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, PASTANAGA I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS/ GELAT DE GEL (ESO) 19	1P MACARRONS sense gluten AL GUST (dues salses a escollir: salsa de tomàquet o salsa de formatges) amb formatge ratllat (3, 6, 7, 12) 2P HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (12) GU PATATES XIPS PO GELAT DE GEL DE TARONJA O LLIMONA 20

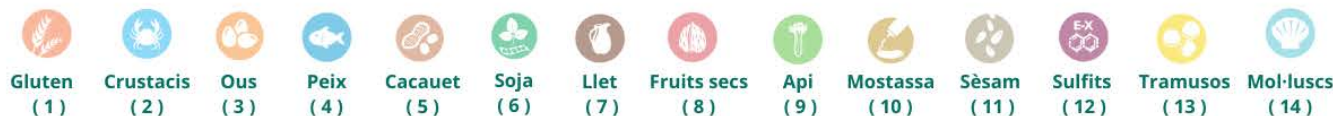
Les postres poden variar de dia per tal de garantir el consum de la fruita en el seu punt òptim de maduració.



JUNY | ESCOLA THAU BARCELONA (sense lactosa)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1P PÈSOLS AMB PATATES BULLIDES 2P MANDONGUILLES MIXTES AMB SALSA DE VERDURES I CURRI (1, 6, 10, 12) GU CUSCÚS SALTEJAT sense lactosa (1) PO FRUITA DEL TEMPS 2	1P MACARRONS AL PESTO ROSSO sense lactosa (1, 5, 8, T3, T6, T10) 2P POLLASTRE ROSTIT AL FORN GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, POMA I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS 3	1P AMANIDA DE LLENTIES (tonyina, olives negres, pastanaga i tomàquet) (4, T1) 2P TRUITA DE PATATES AMB CEBÀ (3) GU CARBASSÓ ARREBOSSAT (1, 3, T6, T10) PO FRUITA DEL TEMPS 4	1P ARRÒS A BANDA AMB CALAMAR (fumet casolà) (2, 4, 9, 14, T4) 2P LLUÇ A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 5	1P CREMA DE CARBASSÓ (amb ceba, porro i patata) 2P BURRITOS DE GALL DINDI (1, 10) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB RAVENETS I PASTANAGA PO IOGURT sense lactosa 6
FESTA 9	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ (1, 3, ,6 T10) GU TASTET DE GASPATXO (12) PO IOGURT sense lactosa 10	1P CREMA DE PORROS sense lactosa 2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL DE LLENTIES (1, T6, T10) PO FRUITA DEL TEMPS 11	1P CIGRONS SALTEJATS AMB CEBÀ I BACON 2P GALL DINDI AMB SALSA DE SOJA, MEL I SÈSAM (1, 6, 11) GU CRUDITÉS PO FRUITA DEL TEMPS 12	1P AMANIDA DE PATATA (olives negres, tomàquet i tonyina) (3, 4, T3) 2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4) GU EDAMAMES (6) PO FRUITA DEL TEMPS 13
1P FUSSILIS AMB HEREBES AROMÀTIQUES (1, T6, T10) 2P LLUÇ A LA GALLEGA (al forn amb ceba i pebre vermell) (4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS 16	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P TRUITA DE CARBASSÓ I CEBÀ (3) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 17	1P AMANIDA DE LLENTIES sense gluten (tonyina, olives negres, pastanaga i tomàquet) (4) 2P POLLASTRE AL FORN GU PATATA PANADERA PO FRUITA DEL TEMPS 18	1P CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) 2P PIZZA CASOLANA DE PERNIL (salsa de tomàquet i formatge sense lactosa) (1, T6, T10) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, PASTANAGA I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS/ GELAT DE GEL (ESO) 19	1P MACARRONS AL GUST (dues salses a escollir sense lactosa) (1, 3, 6, 12, T6, T10) 2P HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (12) GU PATATES XIPS PO GELAT DE GEL DE TARONJA O LLIMONA sense lactosa 20

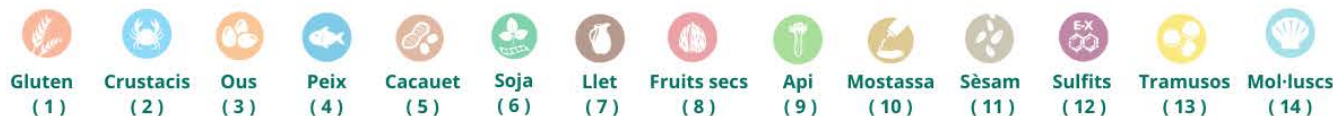
Les postres poden variar de dia per tal de garantir el consum de la fruita en el seu punt òptim de maduració.



JUNY | ESCOLA THAU BARCELONA (sense ou)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1P PÈSOLS AMB PATATES BULLIDES 2P MANDONGUILLES MIXTES AMB SALSA DE VERDURES I CURRI (1, 6, 10, 12) GU CUSCÚS SALTEJAT (1, 7) PO FRUITA DEL TEMPS 2	1P MACARRONS AL PESTO ROSSO (1, 5, 7, 8, T3, T6, T10) 2P POLLASTRE ROSTIT AL FORN GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, POMA I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS 3	1P AMANIDA DE LLENTIES (tonyina, olives negres, pastanaga i tomàquet) (4, T1) 2P LLOM A LA PLANXA GU CARBASSÓ A LA PLANXA PO FRUITA DEL TEMPS 4	1P ARRÒS A BANDA AMB CALAMAR (fumet casolà) (2, 4, 9, 14, T4) 2P LLUÇ A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 5	1P CREMA DE CARBASSÓ (amb ceba, porro i patata) 2P BURRITOS DE GALL DINDI (1, 10) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB RAVENETS I PASTANAGA PO IOGURT (7) 6
FESTA 9	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ sense ou (1, T6, T10) GU TASTET DE GASPATXO (12) PO IOGURT (7) 10	1P VICHYSOISE (crema de llet, porros i patates) (7) 2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL DE LLENTIES (1, T6, T10) PO FRUITA DEL TEMPS 11	1P CIGRONS SALTEJATS AMB CEBÀ I BACON 2P GALL DINDI AMB SALSA DE SOJA, MEL I SÈSAM (1, 6, 11) GU CRUDITÉS PO FRUITA DEL TEMPS 12	1P AMANIDA DE PATATA sense ou (olives negres, tomàquet i tonyina) (4) 2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4) GU EDAMAMES (6) PO FRUITA DEL TEMPS 13
1P FUSSILIS AMB HERBES AROMÀTIQUES (1, T6, T10) 2P LLUÇ A LA GALLEGA (al forn amb ceba i pebre vermell) (4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS 16	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P GALL DINDI A LA PLANXA GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 17	1P AMANIDA DE LLENTIES (tonyina, olives negres, pastanaga i tomàquet) (4, T1) 2P POLLASTREAL FORN GU PATATA PANADERA PO FRUITA DEL TEMPS 18	1P CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) 2P PIZZA CASOLANA DE PERNIL (salsa de tomàquet i mozzarella) (1, 7, T6, T10) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, PASTANAGA I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS/ GELAT DE GEL (ESO) 19	1P MACARRONS AL GUST sense ou (1, 6, 7, 12, T6, T10) 2P HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (12) GU PATATES XIPS PO GELAT DE GEL DE TARONJA O LLIMONA (7) 20

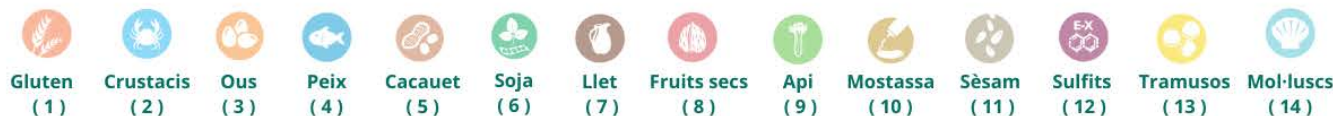
Les postres poden variar de dia per tal de garantir el consum de la fruita en el seu punt òptim de maduració.



JUNY | ESCOLA THAU BARCELONA (sense peix)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1P PÈSOLS AMB PATATES BULLIDES 2P MANDONGUILLES MIXTES AMB SALSA DE VERDURES I CURRI (1, 6, 10, 12) GU CUSCÚS SALTEJAT (1, 7) PO FRUITA DEL TEMPS 2	1P MACARRONS AL PESTO ROSSO (1, 5, 7, 8, T3, T6, T10) 2P POLLASTRE ROSTIT AL FORN GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, POMA I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS 3	1P AMANIDA DE LLENTIES* (olives negres, pastanaga i tomàquet) (T1) 2P TRUITA DE PATATES AMB CEBÀ (3) GU CARBASSÓ ARREBOSSAT (1, 3, T6, T10) PO FRUITA DEL TEMPS 4	1P ARRÒS AMB VERDURETES 2P POLLASTRE AL FORN GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 5	1P CREMA DE CARBASSÓ (amb ceba, porro i patata) 2P BURRITOS DE GALL DINDI (1, 10) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB RAVENETS I PASTANAGA PO IOGURT eco a granel (7) 6
FESTA 9	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P CROQUETES sense traces de peix (3, 7, 12) GU TASTET DE GASPATXO (12) PO IOGURT eco a granel (7) 10	1P VICHYSOISE (crema de llet, porros i patates) (7) 2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL DE LLENTIES (1, T6, T10) PO FRUITA DEL TEMPS 11	1P CIGRONS SALTEJATS AMB CEBÀ I BACON 2P GALL DINDI AMB SALSA DE SOJA, MEL I SÈSAM (1, 6, 11) GU CRUDITÉS PO FRUITA DEL TEMPS 12	1P AMANIDA DE PATATA* (olives negres, tomàquet i tonyina) (3, T3) 2P PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA GU EDAMAMES (6) PO FRUITA DEL TEMPS 13
1P FUSSILIS AMB SALSA DE FORMATGES (1, 7, T3, T6, T10) 2P POLLASTRE A LA PLANXA GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS 16	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P TRUITA DE CARBASSÓ I CEBÀ (3) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 17	1P AMANIDA DE LLENTIES (olives negres, pastanaga i tomàquet) (T1) 2P POLLASTRE EN PEPITORIA (1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 11) GU PATATA PANADERA PO FRUITA DEL TEMPS 18	1P CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) 2P PIZZA CASOLANA DE PERNIL (salsa de tomàquet i mozzarella) (1, 7, T6, T10) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, PASTANAGA I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS/ GELAT DE GEL (ESO) 19	1P MACARRONS AL GUST (dues salses a escollir: salsa de tomàquet o salsa de formatges) amb formatge ratllat (1, 3, 6, 7, 12, T6, T10) 2P HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (12) GU PATATES XIPS PO GELAT DE GEL DE TARONJA O LLIMONA (7) 20

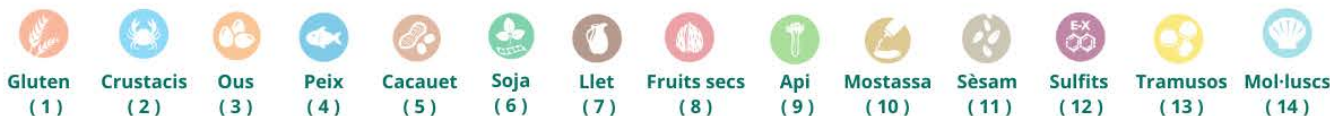
Les postres poden variar de dia per tal de garantir el consum de la fruita en el seu punt òptim de maduració.



JUNY | ESCOLA THAU BARCELONA (sense porc)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1P PÈSOLS AMB PATATES BULLIDES 2P MANDONGUILLES de cigró AMB SALSA DE VERDURES I CURRI (1, 6, 10) GU CUSCÚS SALTEJAT (1, 7) PO FRUITA DEL TEMPS 2	1P MACARRONS AL PESTO ROSSO (1, 5, 7, 8, T3, T6, T10) 2P POLLASTRE ROSTIT AL FORN GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, POMA I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS 3	1P AMANIDA DE LLENTIES (tonyina, olives negres, pastanaga i tomàquet) (4, T1) 2P TRUITA DE PATATES AMB CEBA (3) GU CARBASSÓ ARREBOSSAT (1, 3, T6, T10) PO FRUITA DEL TEMPS 4	1P ARRÒS A BANDA AMB CALAMAR (fumet casolà) (2, 4, 9, 14, T4) 2P LLUÇ A LA PLANXA AMB ALL I JULIVERT (4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 5	1P CREMA DE CARBASSÓ (amb ceba, porro i patata) 2P BURRITOS DE GALL DINDI (1, 10) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB RAVENETS I PASTANAGA PO IOGURT eco a granel (7) 6
FESTA 9	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P CROQUETES DE BACALLÀ (1, 4, 7, 14, T2, T3, T4, T6, T8, T9, T10, T11) GU TASTET DE GASPATXO (12) PO IOGURT eco a granel (7) 10	1P VICHYSOISE (crema de llet, porros i patates) (7) 2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL DE LLENTIES (1, T6, T10) PO FRUITA DEL TEMPS 11	1P CIGRONS SALTEJATS AMB CEBA 2P GALL DINDI AMB SALSA DE SOJA, MEL I SÈSAM (1, 6, 11) GU CRUDITÉS PO FRUITA DEL TEMPS 12	1P AMANIDA DE PATATA (olives negres, tomàquet i tonyina) (3, 4, T3) 2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4) GU EDAMAMES (6) PO FRUITA DEL TEMPS 13
1P FUSSILIS AMB SALSA DE FORMATGES (1, 7, T3, T6, T10) 2P LLUÇ A LA GALLEGA (al forn amb ceba i pebre vermell) (4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS 16	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P TRUITA DE CARBASSÓ I CEBA (3) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 17	1P AMANIDA DE LLENTIES (tonyina, olives negres, pastanaga i tomàquet) (4, T1) 2P POLLASTRE EN PEPITORIA (1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 11) GU PATATA PANADERA PO FRUITA DEL TEMPS 18	1P CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) 2P PIZZA CASOLANA DE XAMPINYONS (salsa de tomàquet i mozzarella) (1, 7, T6, T10) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, PASTANAGA I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS/ GELAT DE GEL (ESO) 19	1P MACARRONS AL GUST (dues salses a escollir: salsa de tomàquet o salsa de formatges) amb formatge ratllat (1, 3, 6, 7, 12, T6, T10) 2P HAMBURGUESA DE POLLASTRE A LA PLANXA (12) GU PATATES XIPS I GELAT DE GEL DE TARONJA O LLIMONA (7) 20

Les postres poden variar de dia per tal de garantir el consum de la fruita en el seu punt òptim de maduració.



JUNY | ESCOLA THAU BARCELONA (OPCIÓ)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1P AMANIDA D'ARRÒS BICOLOR AMB SALSÀ ROSA (opcional) (2, 3, 4, 6, 9, 12, 14) 2P BACALLÀ A LA GALLEGA (al forn amb ceba i pebre vermell) (2, 4, 14) GU CUSCÚS SALTEJAT (1, 7) PO FRUITA DEL TEMPS	1P GASPATXO AMB DAUS DE PA TORRAT (1, 12, T6, T10) 2P LLOM A LES FINES HERBES (amb farigola, julivert i romaní) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, POMA I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS	1P MINESTRA DE VERDURES 2P DAUS DE VEDELLA ESTOFATS (1) GU CARBASSÓ ARREBOSSAT (1, 3) PO FRUITA DEL TEMPS	1P GRAELLA DE VERDURES 2P POLLASTRE AMB SALSÀ AGRADOLÇA (3, 12) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS	1P TALLARINES A LA CARBONARA (crema de llet i bacó) (1, 3, 7, T6, T10) 2P TONYINA A LA PLANXA (1, 4, 6) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB RAVENETS I PASTANAGA PO IOGURT (7)
2	3	4	5	6
FESTA	1P AMANIDA DE FUSSILIS (tomàquet, olives verdes, tonyina, blat de moro i orenga) (1, 4, T6, T10) 2P LLUÇ A LA PLANXA (4) GU GASPATXO (12) PO IOGURT (7)	1P TABULÉ AMB MENTA, LLIMONA I VEGETALS (1, 9, 10, 12) 2P LLOM A LES FINES HERBES (amb farigola, julivert i romaní) PO FRUITA DEL TEMPS	1P FIDEUÀ MARINERA AMB SÍPIA (fumet i sofregit casolà) AMB ALL I OLI (opcional) (1, 2, 3, 4, 9, 14, T4) 2P SALSITXES DE POLLASTRE A LA PLANXA (12) GU CRUDITÉS PO FRUITA DEL TEMPS	1P SOPA FREDA DE MELÓ (7) 2P PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA GU EDAMAMES BULLITS (6) PO FRUITA DEL TEMPS
	9	10	11	12
	13	14	15	16
1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES 2P PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS	1P AMANIDA NIZARDA (3, 4, T3) 2P LLONZES DE LLOM A LA PLANXA GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS	1P PÈSOLS SALTEJATS AMB PERNIL 2P GALL D'INDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10) GU PATATA PANADERA PO FRUITA DEL TEMPS	1P PAELLA DE VERDURES (mongeta verda, xampinyons, pastanagues i pèsols) 2P LLOM ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat) (1, 3, 10) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, PASTANAGA I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS	1P GASPATXO AMB DAUS DE PA TORRAT (1, 12, T6, T10) 2P LLUÇ AMB SALSÀ VERDA (api, porros, all i julivert) (1, 2, 4, 9, 14, T4) GU PATATES XIPS PO GELAT DE GEL DE TARONJA O LLIMONA (7)
16	17	18	19	20



Les postres poden variar de dia per tal de garantir el consum de la fruita en el seu punt òptim de maduració.



JUNY | ESCOLA THAU BARCELONA (BERENAR)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1P ENTREPÀ DE GALL DINDI (1, 3, 6, 7, 8, 11) 2	1P ENTREPÀ DE FORMATGE (1, 3, 6, 7, 8, 11) 3	1P IOGURT AMB BASTONETS DE PA (1, 6, 7, 11) 4	1P COQUETES DE BLAT DE MORO (11) PO FRUITA DEL TEMPS 5	1P PA AMB XOCOLATA (1, 3, 6, 7, 8, 11) 6
FESTA 9	1P COQUETES DE BLAT DE MORO (11) PO FRUITA DEL TEMPS 10	1P IOGURT AMB BASTONETS DE PA (1, 6, 7, 11) 11	1P COQUETES DE BLAT DE MORO (11) PO FRUITA DEL TEMPS 12	1P PA AMB XOCOLATA (1, 3, 6, 7, 8, 11) 13
1P ENTREPÀ DE GALL DINDI (1, 3, 6, 7, 8, 11) 16	1P ENTREPÀ DE FORMATGE (1, 3, 6, 7, 8, 11) 17	1P IOGURT AMB BASTONETS DE PA (1, 6, 7, 11) 18	1P COQUETES DE BLAT DE MORO (11) PO FRUITA DEL TEMPS 19	1P PA AMB XOCOLATA (1, 3, 6, 7, 8, 11) 20



Les postres poden variar de dia per tal de garantir el consum de la fruita en el seu punt òptim de maduració.



LA TEVA DIETA DIÀRIA

**ESMORZARS I
BERENARS
SALUDABLES**

PA, CEREALS O
DERIVATS

LLET O
DERIVATS

FRUITA FRESCA O
HORTALISSES

I TAMBÉ FRUITS SECS

completa la teva
alimentació diària
amb un sopar
adequat

QUÈ MENGEM PER SOPAR?

Prepara el sopar amb aliments que no s'hagin consumit
en el menjar elaborats de manera lleugera i simple

SI HAN MENJAT

PODEN SOPAR

Verdures i Hortalisses

Verdures i Hortalisses crues o cuinades

Patata o moniato

Pasta, arròs, pa o altres cereals

Pasta, arròs, pa o altres cereals

Patata o moniato

Llegums

Peix, Ou o Carn

Carn blanca o vermella

Peix, Ous o Llegums

Peix blanc o blau

Carn blanca, Ous o Llegums

Ous

Carn blanca, Peix o Llegums

Fruita Fresca

Fruita Fresca o Làctic

Làctic

Fruita Fresca

OFERIM MENÚS..

sostenibles

equilibrats

saludables

responsables

variats

innovadors

de
temporada

de
proximitat

Gelats saludables en 3 passos

1. Base

Escull la fruita que més
t'agradi i tritura-la sola,
amb iogurt, llet o begudes
vegetals.



2. Congela

Busca motlles originals
i cap al congelador.
Hauràs d'esperar 4h.



3. Guarnició

Completa el teu gelat amb
la guarnició que més
t'agradin: coco, fruits secs,
xocolata >70%...

