



AE FS ARRELS
c/ Can Ros 2
08027 BARCELONA
685 999 263
info@aefsarrels.cat
www.aefsarrels.cat

INFORMACIÓ CASAL ESPORTIU JESÚS-MARIA 2026

Benvolgudes famílies,

El pròxim dilluns 22 de juny comença el **Casal Esportiu Jesús-Maria 2026** (multiesport, futbol sala i patinatge artístic), que s'allargarà durant cinc setmanes, fins al divendres 24 de juliol.

És una **activitat homologada i auditada** per l'Ajuntament de Barcelona.

ENTRADES, SORTIDES I DESPLAÇAMENTS

Horaris d'entrada i sortida

- **Entrada:** de 8:50 a 9 h
- **Sortides** (segons l'horari contractat):
 - de 12:50 a 13 h
 - de 14:50 a 15 h
 - de 16:50 a 17 h

Totes les entrades i sortides es faran per la **porta principal de l'Escola Jesús-Maria Sant Andreu** (Avinguda Meridiana 392).

Les entrades i sortides **fora dels horaris marcats** es faran per la porta principal de l'Escola Jesús-Maria Sant Andreu. Us preguem que comuniquem qualsevol retard o absència amb la màxima antelació possible al **personal de l'AE FS Arrels**, al telèfon **685 99 92 63** o al correu electrònic info@aefsarrels.cat.

Servei d'acollida

Els infants que tinguin contractat el servei d'acollida entraran per la porta principal de l'Escola Jesús-Maria Sant Andreu a partir de les 8 h.

Desplaçaments durant el casal

Un cop per setmana, cada grup es desplaçarà caminant a la **piscina de Can Dragó**. Us informarem amb antelació del dia assignat a cada grup. La resta d'activitats es realitzaran a les instal·lacions de l'Escola Jesús-Maria Sant Andreu, a excepció de l'excursió setmanal.

Els participants de la modalitat de patinatge artístic es desplaçaran, sempre acompanyats pel personal de l'AE FS Arrels, a les instal·lacions de l'Escola Arrels, per unir-se al grup del casal Arrels-Timbaler del Bruc. Un cop allà, es realitzaran activitats a diferents espais del barri, com ara **l'Escola Timbaler del Bruc, la Pista Canòdrom, els Jardins Massana, el Parc del Canòdrom i el Casal de Barri Congrès-Indians**. Abans de les 13h tornaran a l'Escola Jesús-Maria Sant Andreu, on dinaran i realitzaran les activitats de tarda.

MATERIAL

El primer dia de casal, cada participant rebrà la **samarreta oficial del Casal Esportiu Jesús-Maria 2026**.

És **imprescindible** portar-la posada tant **els dies d'excursió com el dia de piscina**, ja que facilita la identificació i el control dels grups. Us demanem que la marqueu **amb el nom i els cognoms de l'infant**.

Cada participant haurà de portar diàriament (també el primer dia):

- Roba i calçat esportiu
- Roba de bany i xanquetes
- Tovallola gran
- Gorra
- Esmorzar
- Ampolla d'aigua
- Crema solar d'alta protecció (aplicada des de casa i que es reaplicarà durant la jornada)

Els participants del casal de patinatge artístic hauran de portar els seus patins. Si ho desitgen, podran deixar-los a les instal·lacions de l'AE FS Arrels fins a la finalització del casal.

EXCURSIONS

Calendari d'excursions setmanals

- **Setmana 1 (22-26 de juny):** no hi ha sortida.
- **Setmana 2 (29 de juny-3 de juliol):** Parc d'atraccions Tibidabo cal portar esmorzar i dinar. Tornada a les 17 h.
- **Setmana 3 (6-10 de juliol):** Illa Fantasia (Vilassar de Dalt) cal portar esmorzar i dinar. Tornada a les 17 h.
- **Setmana 4 (13-17 de juliol):** Platja (Castelldefels) cal portar esmorzar. Tornada a les 14 h.
- **Setmana 5 (20-24 de juliol):** Alfa5 XR Sports (Barcelona) cal portar esmorzar. Tornada a les 14 h.
- **Setmana 6 (27-31 de juliol):** Jump Yard (Cornellà de Llobregat) cal portar esmorzar. Tornada a les 14 h.

Al calendari d'excursions adjunt al correu trobareu informació més detallada sobre el material necessari per a cada sortida.

Important: si un infant no assisteix a una excursió, aquell dia no podrà participar en les activitats del casal.

AL·LÈRGIES I INTOLERÀNCIES

Si el vostre fill o filla necessita un **menú especial** per motius d'al·lèrgies, intoleràncies, conviccions religioses o dieta no omnívora, o bé si hi ha qualsevol altra informació rellevant que hàgim de tenir en compte, us preguem que ens ho comuniqueu **abans de divendres 19 de juny a les 13 h** enviant un correu a info@aefsarrels.cat.

PAGAMENTS, BEQUES I INSCRIPCIONS

Pagaments

IMPORTANT!

Si encara no heu efectuat el **segon pagament**, cal fer-lo **abans de divendres 19 de juny** mitjançant **transferència bancària** al compte:

ES89 2100 3201 3022 0046 9180 (CaixaBank)

Indicant com a concepte: **ACTIVITATS ESTIU + nom de l'infant**

Beques

Les famílies que heu sol·licitat beca rebreu durant aquesta setmana un correu electrònic amb la informació de l'import pendent de pagament.

MOLT IMPORTANT! Durant el desenvolupament del casal, les famílies que hagin rebut l'ajut econòmic rebran un SMS de l'Ajuntament de Barcelona **per confirmar l'assistència (o no) de l'infant a l'activitat**.

És **imprescindible** que feu aquest pas per completar correctament el procés de justificació de la beca.

Modificació d'inscripcions

Si necessiteu fer qualsevol modificació en la inscripció, us preguem que ens ho comuniqueu al més aviat possible a **info@aefsarrels.cat**. Les ampliacions estaran subjectes a la disponibilitat de places.

COMUNICACIÓ

Com a novetat, aquest estiu estrenem **canal de WhatsApp del Casal Esportiu Jesús-Maria 2026!** Us enviarem tota la informació (recordatoris, novetats o imprevistos) i algunes fotos i vídeos per aquest canal de WhatsApp. Ja ens podeu seguir!

<https://whatsapp.com/channel/0029Vb7v18X3WHTcgjRKZj33>

També podeu consultar tota aquesta informació a la pàgina web de l'AE FS Arrels.

Per a qualsevol dubte o consulta, podeu contactar amb **Fran García**, coordinador de les activitats d'estiu de l'AE FS Arrels, al telèfon **630 86 85 85**.

Ens veiem ben aviat!

Moltes gràcies per la confiança dipositada en l'AE FS Arrels.

Toni Castro

President de l'AE FS Arrels

Fran García

Coordinador Activitats d'estiu AE FS Arrels



CASAL ESPORTIU JESÚS-MARIA 2026 EXCURSIONS SETMANALS

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Setmana 1	22/5	23/5	FESTIU	25/6	26/6
Setmana 2	29/6	30/6	1	2 TIBIDABO (Barcelona)	3
Setmana 3	6	7	8	9 ILLA FANTASIA (Vilassar de Dalt)	10
Setmana 4	13	14	15	16	17 PLATJA (Castelldefels)
Setmana 5	20	21 ALFA5 XR SPORTS (Barcelona)	22	23	24
Setmana 6	27	28	29	30 JUMP YARD (Cornellà de Llobregat)	31

SORTIDES DE 9 A 14 H, EXCEPTE TIBIDABO I ILLA FANTASIA, DE 9 A 17 H. DESPLAÇAMENTS EN AUTOCAR. Sortida i arribada a l'Escola Jesús-Maria Sant Andreu.

EN TOTES LES SORTIDES: cal dur la samarreta del casal, ampolla d'aigua, calçat i roba còmode, esmorzar, gorra i esprai de protecció solar (posada de casa, i es reaplicarà si és necessari).

TIBIDABO: cal dur dinar, gorra i esprai de protecció solar (posada de casa, i es reaplicarà si és necessari).

ILLA FANTASIA: cal dur dinar, banyador, tovallola, xancletes, gorra i esprai de protecció solar (posada de casa, i es reaplicarà si és necessari).

PLATJA: cal dur banyador, tovallola, xancletes, gorra i esprai de protecció solar (posada de casa, i es reaplicarà si és necessari).

JUMP YARD: cal dur mitjons.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
22	23	24	25	26
Macarrons amb salsa de tomàquet	Mongetes tendres amb patates al vapor	FESTIU	Amanida d'arròs, pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives	Llenties estofades amb verdures
Truita de formatge	Pernilets de pollastre al forn		Pizza margarita al forn	Fregits variats (croquetes, bunyols i calamars)
Enciam i cogombre	Enciam, blat de moro i olives		-	Enciam i pastanaga
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca		Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca
Kcal: 667,354 prot (g): 26,267 lip (g): 25,978 hc (g): 78,661	Kcal: 623,207 prot (g): 36,469 lip (g): 24,169 hc (g): 59,657		Kcal: 741,867 prot (g): 22,206 lip (g): 16,604 hc (g): 121,892	Kcal: 658,945 prot (g): 22,878 lip (g): 20,507 hc (g): 90,588
29	30	01	02	03
Coliflor amb beixamel gratinada	Espirals napolitana	Cigrons saltats amb pernil salat	Paella de verdures (carbassó, pèsols i pastanaga)	Amanida de patata, tomàquet, tonyina i olives
Mandonguilles mixtes a la jardineria	Truita francesa	Filet de pollastre arrebossat	Lluç al forn/planxa	Llom al forn/planxa
-	Enciam i olives	Enciam i blat de moro	Enciam i tomàquet	Enciam i cogombre
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i gelat gotet	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca
Kcal: 625,763 prot (g): 24,599 lip (g): 27,126 hc (g): 66,587	Kcal: 705,603 prot (g): 24,84 lip (g): 29,807 hc (g): 82,093	Kcal: 737,921 prot (g): 35,557 lip (g): 27,622 hc (g): 80,331	Kcal: 568,658 prot (g): 25,116 lip (g): 11,491 hc (g): 87,535	Kcal: 645,989 prot (g): 35,997 lip (g): 24,732 hc (g): 65,853
06	07	08	09	10
Tallarines amb salsa de tomàquet	Llenties estofades amb verdures	Arròs tres delícies (ou, pastanaga, pèsols, pernil dolç)	Crema de verdures de temporada	Mongetes tendres amb patates saltades
Contracuixa de pollastre al forn/planxa	Lluç a l'andalusa casolà fregit	Pit de gall dindi al forn/planxa	Truita de tonyina	Croquetes de carn d'olla fregides
Enciam, pastanaga i blat de moro	Rodes de tomàquet i olives negres	Enciam i cogombre	Patates xips	Enciam i tomàquet
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i gelat gotet
Kcal: 672,081 prot (g): 35,145 lip (g): 22,298 hc (g): 79,248	Kcal: 623,776 prot (g): 33,54 lip (g): 17,126 hc (g): 77,646	Kcal: 659,753 prot (g): 40,033 lip (g): 16,518 hc (g): 85,463	Kcal: 619,587 prot (g): 25,835 lip (g): 24,877 hc (g): 70,387	Kcal: 636,74 prot (g): 17,477 lip (g): 24,796 hc (g): 80,929
13	14	15	16	17
Bròquil al vapor amb patates	Amanida de pasta (tomàquet, blat de moro, pastanaga i olives)	Crema de carbassó amb crostons	Arròs amb salsa de tomàquet	Cigrons estofats amb verdures
Nuggets de pollastre fregits	Salsitxes al forn/planxa	Truita de patata al forn	Lluç al forn/planxa	Pit de pollastre al forn/planxa
Enciam, tomàquet i blat de moro	Ceba brasejada	Enciam i pastanaga	Enciam i olives	Enciam i cogombre
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i gelat gotet	Pa blanc/integral i fruita fresca
Kcal: 626,535 prot (g): 20,049 lip (g): 26,116 hc (g): 72,524	Kcal: 723,807 prot (g): 25,991 lip (g): 29,741 hc (g): 83,937	Kcal: 581,055 prot (g): 20,281 lip (g): 23,74 hc (g): 67,766	Kcal: 645,741 prot (g): 26,394 lip (g): 20,57 hc (g): 87,198	
20	21	22	23	24
Llenties estofades amb verdures	Paella marinera (peix i marisc)	Ensaladilla russa (pastanaga, patata, pèsols, tonyina, maionesa)	Crema de verdures amb crostons	Menú especial final de casal
Calamars a la romana	Truita francesa	Hamburguesa mixta al forn/planxa	Contracuixa de pollastre al forn/planxa	
Enciam i blat de moro	Enciam i tomàquet	Enciam i cogombre	Patates fregides	
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i gelat gotet	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	
Kcal: 621,611 prot (g): 23,035 lip (g): 20,884 hc (g): 79,428	Kcal: 719,97 prot (g): 27,773 lip (g): 28,433 hc (g): 86,856	Kcal: 826,824 prot (g): 24,037 lip (g): 45,522 hc (g): 58,346	Kcal: 729,208 prot (g): 36,483 lip (g): 27,977 hc (g): 79,177	

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
22	23	24	25	26
Macarrons s/gluten amb salsa de tomàquet Truita de formatge Enciam i cogombre Pa sense gluten i fruita fresca	Mongetes tendres amb patates al vapor Pernilets de pollastre al forn Enciam, blat de moro i olives Pa sense gluten i fruita fresca	FESTIU	Amanida d'arròs, pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives Panini s/gluten de tonyina i formatge casolà al forn - Pa sense gluten i fruita fresca	Bròquil amb patates saltat Lluç al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa sense gluten i fruita fresca
29	30		02	03
Coliflor al vapor amb patates Mandonguilles mixtes s/gluten, lactosa ni ou a la jardineria - Pa sense gluten i fruita fresca	Macarrons s/gluten napolitana Truita francesa Enciam i olives Pa sense gluten i gelat gotet		Paella de verdures (carbassó, pèsols i pastanaga) Lluç al forn/planxa Enciam i tomàquet Pa sense gluten i fruita fresca	Amanida de patata, tomàquet, tonyina i olives Llom al forn/planxa Enciam i cogombre Pa sense gluten i fruita fresca
06	07		09	10
Espaguetis s/gluten amb salsa de tomàquet Contracuixa de pollastre al forn/planxa Enciam, pastanaga i blat de moro Pa sense gluten i fruita fresca	Pèsols amb patates saltats Lluç a l'andalusa s/gluten fregit Rodes de tomàquet i olives negres Pa sense gluten i fruita fresca		Crema de verdures de temporada Truita de tonyina Patates xips Pa sense gluten i fruita fresca	Mongetes tendres amb patates saltades Carn magra al forn/planxa Enciam i tomàquet Pa sense gluten i gelat gotet
13	14	15	16	17
Bròquil al vapor amb patates Contracuixa de pollastre al forn/planxa Enciam, tomàquet i blat de moro Pa sense gluten i fruita fresca	Amanida de pasta s/gluten (tomàquet, blat de moro, pastanaga i olives) Salsitxes de porc s/gluten, lactosa ni ou al forn/planxa Ceba brasejada Pa sense gluten i fruita fresca	Crema de carbassó Truita de patata al forn Enciam i pastanaga Pa sense gluten i fruita fresca	Arròs amb salsa de tomàquet Lluç al forn/planxa Enciam i olives Pa sense gluten i gelat gotet	Cigrons estofats amb verdures Pit de pollastre al forn/planxa Enciam i cogombre Pa sense gluten i fruita fresca
20	21	22	23	24
Patata i pastanaga al vapor Bacallà al forn/planxa Enciam i blat de moro Pa sense gluten i fruita fresca	Paella marinera (peix i marisc) Truita francesa Enciam i tomàquet Pa sense gluten i gelat gotet	Ensaladilla russa (pastanaga, patata, pèsols, tonyina, maionesa) Hamburguesa mixta s/gluten, lactosa ni ou al forn/planxa Enciam i cogombre Pa sense gluten i fruita fresca	Crema de verdures de temporada Contracuixa de pollastre al forn/planxa Patates fregides Pa sense gluten i fruita fresca	Menú especial final de casal

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
22	23	24	25	26
Macarrons amb salsa de tomàquet	Mongetes tendres amb patates al vapor	FESTIU	Amanida d'arròs, pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives	Llenties estofades amb verdures
Truita de formatge	Llenties estofades amb arròs		Pizza margarita casolana al forn	Truita francesa
Enciam i cogombre	-		-	Enciam i pastanaga
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca		Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca
29	30	01	02	03
Coliflor al vapor amb patates	Espirals napolitana	Amanida variada amb formatge fresc (enciam, tomàquet, pastanaga)	Crema de llegums (mongetes seques)	Amanida de patata, pebrot, ceba i olives
Hamburguesa vegetal al forn/planxa	Truita francesa	Cigrons saltats amb ceba	Paella de verdures (carbassó, pèsols i pastanaga)	Remenat de carbassó
Minestra de verdures saltades	Enciam i olives	-	-	Enciam i cogombre
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i gelat gotet	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca
06	07	08	09	10
Tallarines amb salsa de tomàquet	Llenties estofades amb verdures	Crema de llegums (mongetes seques)	Crema de verdures de temporada	Mongetes tendres amb patates saltades
Truita de formatge	Cuscús amb carbassó i pastanaga	Arròs saltat amb pastanaga i pèsols	Truita francesa	Croquetes d'espínacs fregides
Enciam, pastanaga i blat de moro	-	-	Patates xips	Enciam i tomàquet
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i gelat gotet
13	14	15	16	17
Bròquil al vapor amb patates	Amanida de pasta (tomàquet, blat de moro, pastanaga i olives)	Crema de carbassó amb crostons	Arròs amb salsa de tomàquet	Cigrons estofats amb verdures
Llenties estofades amb arròs	Hamburguesa vegetal al forn/planxa	Truita de patata al forn	Amanida de llenties amb tomàquet, pastanaga, blat de moro i olives	Truita francesa
-	Ceba brasejada	Enciam i pastanaga	-	Enciam i cogombre
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i gelat gotet	Pa blanc/integral i fruita fresca
20	21	22	23	24
Llenties estofades amb verdures	Paella de verdures (carbassó, pèsols i pastanaga)	Ensaladilla al vapor amb oli d'oliva (pastanaga, patata i pèsols)	Crema de verdures amb crostons	Menú especial final de casal
Croquetes d'espínacs fregides	Truita francesa	Hamburguesa vegetal al forn/planxa	Remenat de carbassó	
Enciam i blat de moro	Enciam i tomàquet	Enciam i cogombre	Patates fregides	
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i gelat gotet	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
22	23	24	25	26
Macarrons amb salsa de tomàquet Empedrat de mongetes (tomàquet, ceba i pebrot) - Pa blanc/integral i fruita fresca	Mongetes tendres amb patates al vapor Llenties estofades amb arròs - Pa blanc/integral i fruita fresca	FESTIU	Amanida d'arròs, pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives Panini de verdures casolà al forn (sense formatge) - Pa blanc/integral i fruita fresca	Llenties estofades amb verdures Cuscús amb carbassó i pastanaga - Pa blanc/integral i fruita fresca
29	30		02	03
Coliflor al vapor amb patates Hamburguesa vegetal al forn/planxa Minestra de verdures saltades Pa blanc/integral i fruita fresca	Espirals napolitana Llenties estofades amb verdures - Pa blanc/integral i iogurt de soja		Crema de llegums (mongetes seques) Paella de verdures (carbassó, pèsols i pastanaga) - Pa blanc/integral i fruita fresca	Pèsols saltats amb ceba Macarrons amb salsa de tomàquet i xampinyons - Pa blanc/integral i fruita fresca
06	07		09	10
Tallarines amb salsa de tomàquet Cigrons saltats amb ceba - Pa blanc/integral i fruita fresca	Llenties estofades amb verdures Cuscús amb carbassó i pastanaga - Pa blanc/integral i fruita fresca		Crema de verdures de temporada Hamburguesa vegetal al forn/planxa Patates xips Pa blanc/integral i fruita fresca	Mongetes tendres amb patates saltades Cigrons estofats amb verdures - Pa blanc/integral i iogurt de soja
13	14	15	16	17
Bròquil al vapor amb patates Llenties estofades amb arròs - Pa blanc/integral i fruita fresca	Amanida de pasta (tomàquet, blat de moro, pastanaga i olives) Hamburguesa vegetal al forn/planxa Ceba brasejada Pa blanc/integral i fruita fresca	Crema de carbassó amb crostons Cigrons saltats amb ceba i pastanaga - Pa blanc/integral i fruita fresca	Arròs amb salsa de tomàquet Amanida de llenties amb tomàquet, pastanaga, blat de moro i olives - Pa blanc/integral i iogurt de soja	Amanida variada amb olives (enciam, tomàquet, blat de moro i pastanaga) Cigrons estofats amb verdures - Pa blanc/integral i fruita fresca
20	21	22	23	24
Llenties estofades amb verdures Cuscús amb carbassó i pastanaga - Pa blanc/integral i fruita fresca	Paella de verdures (carbassó, pèsols i pastanaga) Crema de llegums (mongetes seques) - Pa blanc/integral i iogurt de soja	Ensaladilla al vapor amb oli d'oliva (pastanaga, patata i pèsols) Hamburguesa vegetal al forn/planxa Enciam i cogombre Pa blanc/integral i fruita fresca	Crema de verdures amb crostons Cigrons saltats amb ceba - Pa blanc/integral i fruita fresca	Menú especial final de casal

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
22	23	24	25	26
Macarrons amb salsa de tomàquet	Mongetes tendres amb patates al vapor	FESTIU	Amanida d'arròs, pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives	Llenties estofades amb verdures
Truita francesa	Pernilets de pollastre al forn		Panini de tonyina casolà al forn (sense formatge)	Lluç al forn/planxa
Enciam i cogombre	Enciam, blat de moro i olives		-	Enciam i pastanaga
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca		Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca
29	30	01	02	03
Coliflor al vapor amb patates	Espirals napolitana	Cigrons saltats amb pernil salat	Paella de verdures (carbassó, pèsols i pastanaga)	Amanida de patata, tomàquet, tonyina i olives
Carn magra al forn/planxa	Truita francesa	Filet de pollastre arrebossat casolà	Lluç al forn/planxa	Llom al forn/planxa
Minestra de verdures saltades	Enciam i olives	Enciam i blat de moro	Enciam i tomàquet	Enciam i cogombre
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i iogurt de soja	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca
06	07	08	09	10
Tallarines amb salsa de tomàquet	Llenties estofades amb verdures	Arròs saltat amb pastanaga i pèsols	Crema de verdures de temporada	Mongetes tendres amb patates saltades
Contracuixa de pollastre al forn/planxa	Lluç a l'andalusa casolà fregit	Pit de gall dindi al forn/planxa	Truita de tonyina	Carn magra al forn/planxa
Enciam, pastanaga i blat de moro	Rodes de tomàquet i olives negres	Enciam i cogombre	Patates xips	Enciam i tomàquet
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i iogurt de soja
13	14	15	16	17
Bròquil al vapor amb patates	Amanida de pasta (tomàquet, blat de moro, pastanaga i olives)	Crema de carbassó	Arròs amb salsa de tomàquet	Cigrons estofats amb verdures
Contracuixa de pollastre al forn/planxa	Llom al forn/planxa	Truita de patata al forn	Lluç al forn/planxa	Pit de pollastre al forn/planxa
Enciam, tomàquet i blat de moro	Ceba brasejada	Enciam i pastanaga	Enciam i olives	Enciam i cogombre
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i iogurt de soja	Pa blanc/integral i fruita fresca
20	21	22	23	24
Llenties estofades amb verdures	Paella marinera (peix i marisc)	Ensaladilla russa (pastanaga, patata, pèsols, tonyina, maionesa)	Crema de verdures de temporada	Menú especial final de casal
Bacallà al forn/planxa	Truita francesa	Carn magra al forn/planxa	Contracuixa de pollastre al forn/planxa	
Enciam i blat de moro	Enciam i tomàquet	Enciam i cogombre	Patates fregides	
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i iogurt de soja	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
22	23	24	25	26
Macarrons amb salsa de tomàquet	Mongetes tendres amb patates al vapor	FESTIU	Amanida d'arròs, pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives	Llenties estofades amb verdures
Truita francesa	Pernilets de pollastre al forn		Panini de tonyina casolà al forn (sense formatge)	Lluç al forn/planxa
Enciam i cogombre	Enciam, blat de moro i olives		-	Enciam i pastanaga
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca		Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca
29	30	01	02	03
Coliflor al vapor amb patates	Espirals napolitana	Cigrons saltats amb pernil salat	Paella de verdures (carbassó, pèsols i pastanaga)	Amanida de patata, tomàquet, tonyina i olives
Mandonguilles mixtes s/gluten, lactosa ni ou a la jardinera	Truita francesa	Filet de pollastre arrebossat casolà	Lluç al forn/planxa	Llom al forn/planxa
-	Enciam i olives	Enciam i blat de moro	Enciam i tomàquet	Enciam i cogombre
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i iogurt de soja	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca
06	07	08	09	10
Tallarines amb salsa de tomàquet	Llenties estofades amb verdures	Arròs saltat amb pastanaga i pèsols	Crema de verdures de temporada	Mongetes tendres amb patates saltades
Contracuixa de pollastre al forn/planxa	Lluç a l'andalusa casolà fregit	Pit de gall dindi al forn/planxa	Truita de tonyina	Carn magra al forn/planxa
Enciam, pastanaga i blat de moro	Rodes de tomàquet i olives negres	Enciam i cogombre	Patates xips	Enciam i tomàquet
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i iogurt de soja
13	14	15	16	17
Bròquil al vapor amb patates	Amanida de pasta (tomàquet, blat de moro, pastanaga i olives)	Crema de carbassó	Arròs amb salsa de tomàquet	Cigrons estofats amb verdures
Contracuixa de pollastre al forn/planxa	Salsitxes de porc s/gluten, lactosa ni ou al forn/planxa	Truita de patata al forn	Lluç al forn/planxa	Pit de pollastre al forn/planxa
Enciam, tomàquet i blat de moro	Ceba brasejada	Enciam i pastanaga	Enciam i olives	Enciam i cogombre
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i iogurt de soja	Pa blanc/integral i fruita fresca
20	21	22	23	24
Llenties estofades amb verdures	Paella marinera (peix i marisc)	Ensaladilla russa (pastanaga, patata, pèsols, tonyina, maionesa)	Crema de verdures de temporada	Menú especial final de casal
Bacallà al forn/planxa	Truita francesa	Hamburguesa mixta s/gluten, lactosa ni ou al forn/planxa	Contracuixa de pollastre al forn/planxa	
Enciam i blat de moro	Enciam i tomàquet	Enciam i cogombre	Patates fregides	
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i iogurt de soja	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
22	23	24	25	26
Macarrons amb salsa de tomàquet	Mongetes tendres amb patates al vapor	FESTIU	Amanida d'arròs, pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives	Llenties estofades amb verdures
Truita de formatge	Pernilets de pollastre al forn		Pizza margarita casolana al forn	Fregits variats (croquetes, bunyols i calamars)
Enciam i cogombre	Enciam, blat de moro i olives		-	Enciam i pastanaga
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca		Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca
29	30	01	02	03
Coliflor amb beixamel gratinada	Espirals napolitana	Cigrons saltats amb ceba	Paella de verdures (carbassó, pèsols i pastanaga)	Amanida de patata, tomàquet, tonyina i olives
Hamburguesa vegetal al forn/planxa	Truita francesa	Filet de pollastre arrebossat casolà	Lluç al forn/planxa	Pit de gall dindi al forn/planxa
Minestra de verdures saltades	Enciam i olives	Enciam i blat de moro	Enciam i tomàquet	Enciam i cogombre
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i gelat gotet	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca
06	07	08	09	10
Tallarines amb salsa de tomàquet	Llenties estofades amb verdures	Arròs saltat amb pastanaga i pèsols	Crema de verdures de temporada	Mongetes tendres amb patates saltades
Contracuixa de pollastre al forn/planxa	Lluç a l'andalusa casolà fregit	Pit de gall dindi al forn/planxa	Truita de tonyina	Croquetes de pollastre fregides
Enciam, pastanaga i blat de moro	Rodes de tomàquet i olives negres	Enciam i cogombre	Patates xips	Enciam i tomàquet
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i gelat gotet
13	14	15	16	17
Bròquil al vapor amb patates	Amanida de pasta (tomàquet, blat de moro, pastanaga i olives)	Crema de carbassó amb crostons	Arròs amb salsa de tomàquet	Cigrons estofats amb verdures
Nuggets de pollastre fregits	Salsitxes d'au al forn/planxa	Truita de patata al forn	Lluç al forn/planxa	Pit de pollastre al forn/planxa
Enciam, tomàquet i blat de moro	Ceba brasejada	Enciam i pastanaga	Enciam i olives	Enciam i cogombre
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i gelat gotet	Pa blanc/integral i fruita fresca
20	21	22	23	24
Llenties estofades amb verdures	Paella marinera (peix i marisc)	Ensaladilla russa (pastanaga, patata, pèsols, tonyina, maionesa)	Crema de verdures amb crostons	Menú especial final de casal
Calamars a la romana	Truita francesa	Hamburguesa vegetal al forn/planxa	Contracuixa de pollastre al forn/planxa	
Enciam i blat de moro	Enciam i tomàquet	Enciam i cogombre	Patates fregides	
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i gelat gotet	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	