



# ESMORZARS I BERENARS JUNY 2026 - AESA SERVEIS MIGDIA

<b>DILLUNS 1</b>	<b>DIMARTS 2</b>	<b>DIMECRES 3</b>	<b>DIJOUS 4</b>	<b>DIVENDRES 5</b>
Bastonets de pa amb crema d'alvocat o fruits secs o hummus	Pa integral amb pernil dolç/gall dindi + got de llet	Pa integral amb formatge tendre o fresc	Bol de iogurt amb + Muesli	Macedònia de fruita fresca amb fruita seca picada
Fruita de temporada	Fruita de temporada	iogurt natural o vegetal	Fruita de temporada	Fruita de temporada
Fruita de temporada + iogurt natural sense sucre + Galetes sense sucre	Batut de fruita de temporada i llet + Cereals sense sucre	Bastonets de pa amb crema d'alvocat o fruits secs o hummus	Batut de fruita de temporada i llet + Cereals sense sucre	Fruita de temporada + iogurt natural sense sucre
<b>DILLUNS 8</b>	<b>DIMARTS 9</b>	<b>DIMECRES 10</b>	<b>DIJOUS 11</b>	<b>DIVENDRES 12</b>
Bol de iogurt amb + Muesli	Pa integral amb pernil dolç/gall dindi + got de llet	Pa integral amb formatge tendre o fresc	Bastonets de pa amb crema d'alvocat o fruits secs o hummus	Macedònia de fruita fresca amb fruita seca picada
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	iogurt natural o vegetal	Fruita de temporada
Fruita de temporada + iogurt natural sense sucre	Fruita de temporada + iogurt natural sense sucre + Galetes sense sucre	Bastonets de pa amb crema d'alvocat o fruits secs o hummus	Batut de fruita de temporada i llet + Cereals sense sucre	Macedònia de fruita fresca amb fruita seca picada
<b>DILLUNS 15</b>	<b>DIMARTS 16</b>	<b>DIMECRES 17</b>	<b>DIJOUS 18</b>	<b>DIVENDRES 19</b>
Bastonets de pa amb crema d'alvocat o fruits secs o hummus	Fruita de temporada + iogurt natural sense sucre + Galetes sense sucre	Bol de iogurt amb + Muesli	Pa integral amb pernil dolç/gall dindi + got de llet	Macedònia de fruita fresca amb fruita seca picada
Fruita de temporada	Fruita de temporada	iogurt natural o vegetal	Fruita de temporada	Fruita de temporada
Pa integral amb formatge tendre o fresc	Fruita de temporada + iogurt natural sense sucre	Batut de fruita de temporada i llet + Cereals sense sucre	Bastonets de pa amb crema d'alvocat o fruits secs o hummus	Fruita de temporada + iogurt natural sense sucre + Galetes sense sucre

Les propostes d'esmorzar i berenar que es fan són opcions o propostes validades en base el menú servit a l'escola. Tot i així, quedarà sota elecció de cada família el seguiment d'aquest o l'elecció de cada aliment.

La 1ª opció pertany a la proposta d'esmorzar, la 2ª opció a la proposta de mig-matí i la 3ª opció a la proposta de berenar de cada dia.

*Estem treballant juntament amb la Consultoria Nutricional Cesnut per a oferir-vos la màxima qualitat dietètica dels nostres menús. Per a qualsevol dubte del menú contacti amb l'equip de Dietistes-Nutricionistes a [info@cesnut.com](mailto:info@cesnut.com) o trucant al telèfon 936341212.*