



PROPOSTA MENÚ DEL TERCER TRIMESTRE 2021/2022

ABRIL

(*aquests dies el menú conté porc)

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|--|---|--|--|---|
| Abril mullat, de pa en ve carregat | *19. Amanida variada Macarrons integrals bolonyesa Pasta s/gluten, s/ou Calamars a la romana Calamars arrebossats s/gluten i s/ou Fruita del temps Alteracions: ou, peix, gluten, lactosa | 20. Patates i bledes al vapor (maionesa opcional) Contra cuixa de pollastre a la planxa Fruita del temps Alteracions: ou | 21. Amanida variada Crema de carbassa i pipes torrades Sense pipes Lluç al forn amb patata fornera Carn planxa Làctic/fruïta temps Alteracions: lactosa, peix, fruits secs | *22. Fesols estofats amb verdures Arròs bullit Botifarra amb samfaina Fruïta del temps Alteracions: llegums |
| | Sopar: Llegum, verdura i fruits secs | Sopar: Cereal integral, verdura i peix blau | Sopar: Arròs integral, verdura i ou | Sopar: Pasta integral i verdura |
| 25. Crema carxofes Espaguetis amb tomàquet i bolets Pasta s/gluten Fruïta del temps Alteracions: ou, gluten | 26. Patates i coliflor al vapor (maionesa opcional) Bacallà a la catalana Sense fruits secs, carn planxa Fruïta del temps Alteracions: fruits secs, peix, ou | 27. Arròs milanesa amb gambes Arròs amb tomàquet Truita d'albergínia Truita s/ou, truita francesa Fruïta del temps Alteracions: ou, peix, albergínia | 28. Amanida variada Llenties estofades amb verdures Arròs bullit Crestes de tonyina Carn o peix planxa Làctic/fruïta temps Alteracions: ou, llegums, peix, lactosa | 29. Amanida variada Crema de verdures, quinoa i xampinyons Sense quinoa Hamburguesa de conill amb ceba confitada Fruïta del temps Alteracions: Fruits secs |
| Sopar: Arròs integral, verdura i peix blau | Sopar: Pasta integral i verdura | Sopar: Verdura i carn blanca | Sopar: Brou d'au i ou | Sopar: Verdura i peix planxa |

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|--|---|---|--|--|
| <p>2. Amanida variada Macarrons integrals bolonyesa Pasta s/gluten, s/ou Calamars a la romana Calamars arrebossats s/gluten i s/ou Fruita del temps Alteracions: ou, peix, lactosa</p> | <p>*3. Amanida variada Patata alemanya S/maionesa, s/frankfurt Gall dindi al forn amb prunes i pinyons Sense fruits secs Fruita del temps Alteracions: ou, lactosa, fruits secs</p> | <p>4. Arròs amb tomàquet Lluç a la basca i ou de guatlla Sense ou, carn planxa Fruita del temps Alteracions: ou, peix</p> | <p>5. Llenties amb oli de mostassa Arròs blanc Truita de patates i ceba Truita sense ou Làctic/fruita del temps Alteracions: ou, llegums, lactosa</p> | <p>6. Blat tendre amb cogombre, olives i oli de fruits secs Sense fruits secs Peix fresc al forn (segons mercat) Carn planxa Fruita del temps Alteracions: peix, fruits secs</p> |
| Sopar: Verdures i carn blanca | Sopar: Llegum, verdura i peix blanc | Sopar: Verdura, patata i ou | Sopar: Pasta integral i verdura | Sopar: Quinoa, verdura i formatge |
| <p>9. Amanida variada Espirals integrals amb tomàquet i tonyina Pasta s/gluten Croqueta de bacallà Peix o carn planxa Fruita del temps Alteracions: ou, peix, lactosa</p> | <p>*10. Trinxat de patata i col Botifarra esparracada amb bolets Fruita del temps Alteracions:</p> | <p>*11. Amanida variada Hummus de cigrons i bastonets de pa Arròs blanc Truita de pernil i formatge Truita s/ou, truita francesa Fruita del temps Alteracions: Ou, gluten, lactosa, llegums</p> | <p>12. Amanida d'arròs i llenties amb remolatxa, alvocat i pastanaga Pernilets de pollastre amb poma al forn Arròs de carn Làctic/fruita del temps Alteracions: peix, ou, lactosa</p> | <p>13.</p> <p style="text-align: center;">Maig arribat, hivern acabat.</p> <p style="text-align: center;">Maig calent i humit, fa el pagès ric</p> |
| Sopar: Arròs integ, verdura i carn blanca | Sopar: Llegum i verdura | Sopar: Verdura i peix blau | Sopar: Verdura, mill i ou | Sopar: Pasta integral, verdura i fruits secs |
| <p>16. Llenties amb cogombre, blat de moro i oli de sèsam Amanida d'arròs Espirals integrals a la napolitana Pasta s/gluten Fruita del temps Alteracions: llegums, ou, gluten</p> | <p>17. Amanida variada Patata i bròquil al vapor Maionesa opcional Abadejo arrebossat Carn planxa Fruita del temps Alteracions: ou, peix</p> | <p>18. Arròs amb enciam, tonyina, cogombre i tomàquet Sense tonyina Contra cuixa de pollastre confitada amb ceba Fruita del temps Alteracions: peix</p> | <p>19. Amanida variada Fesols amb oli d'oliva Arròs blanc Truita de bacallà Truita s/ou, truita francesa Làctic/fruita del temps Alteracions: llegums, peix, lactosa</p> | <p>*20. Amanida variada. Tabulé Costella de porc rostida Fruita del temps Alteracions:</p> |
| Sopar: Verdura i carn blanca | Sopar: Llegum, verdura i ou | Sopar :Crema de verdura i peix blau | Sopar: Pasta integral, verdures i fruits secs | Sopa: Verdura, patata i ou |
| <p>23. Pasta amb salmó fumat i olivada Pasta s/gluten, s/peix Remenat de tonyina Peix planxa i truita francesa Fruita del temps Alteracions: peix, ou</p> | <p>24. Amanida variada Patata trencada al forn i ou dur Patata sense ou Mandonguilles 0% de carn amb tomàquet Fruita del temps Alteracions: ou</p> | <p>25. Arròs amb verdures, quinoa i oli d'herbes i llimona Sense quinoa Peix fresc al forn (segons mercat) Carn planxa Fruita del temps Alteracions: peix, fruits secs</p> | <p>*26. Amanida variada Meló amb pernil Fideuà i all-i-oli Pasta s/gluten, s/peix i amb carn Làctic/Mató Fruita del temps Alteracions: lactosa, ou, gluten, peix</p> | <p>*27. Empedrat amb tonyina Arròs blanc Llom de porc rostit i patates fregides Fruita del temps Alteracions: peix, llegums</p> |
| Sopar: Llegum, verdura i fruits secs | Sopar: Verdura i ou | Sopar: Crema de verdura i carn blanca | Sopar: Pasta integral, verdura i fruits secs | Sopar: Cereal integral, verdura |

JUNY

(*aquests dies el menú conté porc)

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|---|---|---|--|
| 30. Amanida variada Cigrons amb oli d'oliva Arròs blanc Croquetes de pollastre Carn o peix planxa Fruita del temps Alteracions: llegums, ou, peix, lactosa | 31. Amanida variada Espaguetis amb tomàquet i bolets Pasta s/gluten Contra cuixa de pollastre a la planxa Fruita del temps Alteracions: ou | *1. Arròs tres delícies Sense peix, sense ou Truita de carbassó Truita s/ou Fruita del temps Alteracions: ou, peix | 2. Amanida russa Amanida s/ou, s/ tonyina Lluç al forn amb patata fornera Carn planxa Làctic/fruita del temps Alteracions: ou, peix, lactosa | *3. Fesols amb all i julivert Arròs blanc Botifarra amb samfaina Fruita del temps Alteracions: Llegums |
| Sopar: Verdures i ou | Sopar: Cereal integral, verdura i peix blau | Sopar: Verdura i carn blanca | Sopar: Arròs integral, verdura i ou | Sopar: Pasta integral i verdura |
| 6. Al juny, l'estiu no és lluny | 7 Amanida de pasta amb cranc, olives negres, blat i fornatge fresc Pasta s/gluten, s/ou, s/formatge Bunyols de bacallà Carn planxa, bacallà s/fruit secs Fruita del temps Alteracions: ou, peix, lactosa, fruits secs | 8. Amanida variada Amanida de patates alemanya S/maionesa, s/frankfurt Pernilets de pollastre amb poma al forn Fruita del temps Alteracions: Ou, lactosa | 9. Llenties amb cogombre, blat de moro i oli de sèsam Arròs, blat, cogombre i oli de sèsam Truita d'albergínia Truita s/ou o truita francesa Làctic/fruita del temps Alteracions: Llegums, ou, albergínia | *10. Amanida variada Meló amb pernil Canelons de carn gratinats Carn planxa o peix planxa Fruita del temps Alteracions: lactosa, ou |
| Sopar: Arròs integral, verdura i peix blau | Sopar: Pasta integral i verdura | Sopar: Verdura i carn blanca | Sopar: Llegum i verdura | Sopar: Verdura, patata i ou |
| 13. Amanida variada Espirals integrals a la napolitana Pasta s/gluten Crestes de tonyina Carn o peix planxa Fruita del temps Alteracions: ou, peix, gluten | 14. Patates i mongeta tendra al vapor (maionesa opcional) Gall dindi al forn amb prunes i pinyons Sense fruits secs Fruita del temps Alteracions: ou, fruits secs | 15. Amanida variada Fesols amb oli d'oliva Arròs blanc Truita de carxofes Truita s/ou Fruita del temps Alteracions: Llegums, ou | *16. Amanida variada amb olives verdes, blat de moro, ou dur i tonyina Amanida especial Fideuà i all-i-oli Làctic/fruita del temps Alteracions: ou, peix, lactosa | 17. Crema de carbassó (tèbia) Calamars amb ceba i tomàquet Carn planxa Fruita del temps Alteracions: peix |
| Sopar: Verdures i carn blanca | Sopar: Llegum i verdura | Sopar: Verdura i quinoa | Sopar: Verdura i peix blau | Sopar: Verdura, pasta integral i fruits secs |
| 20. Amanida variada. Tortellini amb salsa de tomàquet Pasta s/ou Lluç amb picada d'all i julivert Carn planxa Gelat Alteracions: ou, peix | 21. Amanida variada Patates i bròquil al vapor (maionesa opcional) Contra cuixa de pollastre a la planxa Fruita del temps Alteracions: ou | 22. Llenties amb oli de mostassa Arròs blanc Pizza de carn i xampinyons Pizza vegetal Fruita del temps Alteracions: llegums, lactosa | <h2>Bones vacances a tots</h2> | |
| Sopar: Arròs integ, verdura i carn blanca | Sopar: Verdura, pasta integral i peix blau | Sopar: Crema de verdura i carn blanca | | |