

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

3 Kcal:501 HC:57 Lip:16 Prot:32

Mongeta verda i patata
Estofat de vedella
amb xampinyons
Fruita del temps

4 Kcal:796 HC:72 Lip:41 Prot:34

Llenties jardineria
Salsitxes a la planxa
amb amanida
Fruita del temps

5 Kcal:616 HC:64 Lip:20 Prot:44

Sopa de brou i fideus
Pollastre al forn a la farigola
amb patates fregides
Fruita del temps

6 Kcal:707 HC:83 Lip:30 Prot:28

Arròs a la cassola
Lluç a la planxa
amb amanida
Fruita del temps

7 Kcal:629 HC:66 Lip:27 Prot:31

FESTA DE LA MONA
Espirals gratinats
Ous de pasqua arrebossats
amb amanida
Mona

10

11

12

13

14

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

17

FESTA

18 Kcal:801 HC:92 Lip:35 Prot:29

Macarrons bolonyesa
Trita de carbassó
amb amanida
Fruita del temps

19 Kcal:558 HC:73 Lip:15 Prot:32

Puré de verdures
Rodó de gall d'indi
amb poma i amanida
Fruita del temps

20 Kcal:609 HC:71 Lip:19 Prot:36

Cigrons amb hortalisses
Bacallà al forn
amb samfaina
Fruita del temps

21 Kcal:677 HC:65 Lip:34 Prot:27

FESTA DE SANT JORDI
Sopa de lletres
Llibrets de llom amb
formatge i patates fregides
Pastís de Sant Jordi

24 Kcal:738 HC:93 Lip: 28 Prot:28

Arròs amb peix
Croquetes de pernil
amb amanida
Fruita del temps

25 Kcal:635 HC:62 Lip:23 Prot:45

Sopa de galets
Pollastre al forn amb xips
de albergínia i amanida
Fruita del temps

26 Kcal:491 HC:49 Lip:22 Prot:23

Bleda i patata
Mandonguilles de vedella
amb salsa de tomàquet
Fruita del temps

27 Kcal:683 HC:79 Lip:25 Prot:34

Tallarins al formatge
Calamars a l'andalusa
amb amanida
logurt artesà

28 Kcal:765 HC:98 Lip:28 Prot:30

Crema de llegum
Trita de patata i ceba amb
amanida i pa amb tomàquet
Fruita del temps

Les amanides inclouen tres ingredients: enciam, tomàquet, olives, pastanaga, cogombre, pebrot. Cada dia s'ofereix pa.
Les dades en relació a la valoració nutricional són orientatives, tenint de referència un grup d'edat de 7-12 anys.

La superació

L'acte social de menjar bé i gaudir dels companys, serà l'eix principal d'aquest mes d'abril, **on celebrarem la Mona de Pasqua i Sant Jordi**. El menjador s'omplirà de gallines i de dracs, que conviuran amb la imaginació, demostrant que tots ens hem de respectar.

Aquest trimestre ens acompanyarà en **Joan Miró**. L'artista utilitzava els colors com paraules de poemes o notes de música. A les seves obres, hi havia lletres, amb les que farem cal·ligrames i dictats de dibuixos. També pintava ulls, que ens serviran per fer jocs, on la comunicació no verbal serà la protagonista.

El valor a treballar serà la **superació** d'adquirir els hàbits de comportament a la taula. I així serà com aconseguirem ser princeses i cavallers sans, amb una **bona alimentació** i una determinació de gaudir del nostre temps lliure d'una manera creativa i divertida.

