



ABRIL

“SANT JORDI”

El 23 d'abril celebrem Sant Jordi, patró de Catalunya des del segle XV i dia dels enamorats. Els carrers es converteixen en una gran llibreria-floristeria, plens de gent. El príncep valent que va salvar a la princesa del terrible drac i li va regalar una rosa vermella com a símbol d'amor.

Tindrem el deliciós: “Pastís de Sant Jordi”, fet amb pa de pessic, mousse de nata, xocolata i crema, i decorat com més ens agradi.

També és el Dia Internacional del Llibre, designat per la UNESCO l'any 1996.

La cultura i l'amor es barregen en un petó. Així que, aprofiteu per llegir un bon llibre, menjar un deliciós pastís i regalar una rosa a aquella persona especial.

Bona diada de Sant Jordi!



ELABORACIÓ CASOLANA BENESTAR ANIMAL KM 0

DILLUNS DIMARTS DIMECRES DIJOUS DIVENDRES

ESCOLA CAN BARRIGA BASAL ECOLÒGIC



<p>11</p> <p>Pasta al pesto (oli, alfàbrega, anous i formatge) Rap amb samfaina (albergínia, carbassó, ceba, tomàquet i pebrot verd i vermell) Fruita del temps i opció de pa integral</p> <p>Bledes saltades amb alls i panses Wok de pollastre amb pebrots logurt</p>	<p>12</p> <p>Coliflor amb patata San Jacobo amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps ecològica</p> <p>Crema de carbassa i taronja Bacallà al pilpil amb piperrada logurt amb nous</p>	<p>13</p> <p>Lenties estofades amb magra Trita de patata i ceba amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) Fruita del temps</p> <p>Hamburguesa vegetal amb pa de sèsam, enciam, tomàquet, ceba caramelitzada i formatge logurt</p>	<p>14</p> <p>Tricolor de verdures (mongeta verda, patata i pastanaga) Cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam, blat de moro i olives) logurt sostenible natural sense sucre</p> <p>Ous trencats amb pernil serrà i patates Macedònia de fruita</p>	
<p>17</p> <p>Bròcoli amb patata Estofat de gall dindi amb verdures (patata, pastanaga, pebrot verd i vermell) Fruita del temps</p> <p>Amanida completa amb fruits secs Seitons arrebossats logurt</p>	<p>18</p> <p>Sopa de galets Trita de patates amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) Fruita del temps</p> <p>Hummus amb bastonets Perca al forn amb lilit de patata i ceba logurt</p>	<p>19</p> <p>Arròs a la milanesa (ceba, formatge i xampinyons) Salsitxes a la planxa amb samfaina (albergínia, carbassa, ceba, tomàquet, pebrot verd i vermell) Fruita del temps i opció de pa integral</p> <p>Quinoa amb gambes Quèfir</p>	<p>20</p> <p>Cigrons estofats amb espinacs Lluç en salsa verda amb amanida Fruita del temps ecològica</p> <p>Mix de verdures al curry Llom a la planxa amb carxofes arrebossades Broqueta de fruita</p>	<p>21</p> <p>Pèsols amb patata i bacó Croquetes de pollastre artesanes amb patates fregides Pastís de Sant Jordi</p> <p>Crema de xampinyons Sandvitx de salmó fumat i philadelphia logurt</p>
<p>24</p> <p>Fideus a la cassola amb magra Fogoner al forn amb allada i amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps</p> <p>Amanida de canonges, cherries i formatge fresc Pinxos d'au adobats amb patates logurt</p>	<p>25</p> <p>Coliflor gratinada Cuixa de pollastre a la farigola amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) Fruita del temps</p> <p>Sopa vegetal Pizza cassolana amb tonyina Mel i mató</p>	<p>26</p> <p>Sopa de peix amb arròs Llom en salsa de verdures (ceba, porro, tomàquet, pastanaga, pebrot vermell i bolets) i cuscús saltat Fruita del temps ecològica</p> <p>Crema de carbassó Lluç a la planxa amb escalivada logurt amb nabius</p>	<p>27</p> <p>Minestra de verdures Ragout d'au amb pèsols i pastanaga logurt sostenible natural sense sucre</p> <p>Sopa de peix Trita de formatge i carbassó Macedònia de fruita</p>	<p>28</p> <p>Mongetes blanques a la riojana (xoriço, tomàquet, pastanaga, pebrot verd i vermell) Trita de carbassó amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps i opció de pa integral</p> <p>Amanida de tomàquet, formatge fresc i orenga Wrap de verdures i pollastre logurt amb ametlles</p>

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar. Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat

Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 3-8 anys: Primera setmana 570 kcal, HC 66g, Lip. 18g, Prot. 36g – Segona setmana 591 kcal, HC 69g, Lip. 18.5g, Prot. 37g – Tercera setmana 581 kcal, HC 68g, Lip. 18g, Prot. 36.7g – Quarta setmana 595 kcal, HC 68g, Lip. 19g, Prot. 38g. – Cinquena setmana 612 kcal, HC 71g, Lip. 20g, Prot. 37g. Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 9-13 anys: Primera setmana 738 kcal, HC 81g, Lip. 26g, Prot. 45g – Segona setmana 743 kcal, HC 78g, Lip. 27g, Prot. 47g – Tercera setmana 737 kcal, HC 79g, Lip. 26g, Prot. 46.7g – Quarta setmana 739 kcal, HC 77.8g, Lip. 28g, Prot. 43.9g. – Cinquena setmana 778 kcal, HC 82.4g, Lip. 28.7g, Prot. 47.6g.