



**Abril 2024**

**“Llibres, roses i dracs!”**

El 23 d'abril, els carrers de Catalunya s'omplen de màgia amb la diada de Sant Jordi, on la valentia i l'amor se celebren amb llibres i roses.

Aquest any, com sempre inspirats en aquesta tradició tan arrelada, amb postres com el “Pastís de Sant Jordi”, una delícia feta amb pa de pessic, mousse de nata, xocolata i crema, adornat amb dolçor i fantasia.

Recordem també que és el Dia Internacional del Llibre, una ocasió perfecta per fomentar la lectura i compartir estones culturals en família.

Gaudiu d'aquest dia tan especial, regalant una rosa, compartint un bon llibre i degustant un pastís exquisit.

Bona diada de Sant Jordi!

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 <b>VACANCES</b>	2 Crema de verdures Solomillo de pollastre amb amanida logurt descremat	3 Sopa casolana de l'àvia Hamburguesa casolana amb carbassó Fruita del temps	4 Mongeta tendra amb patata i pastanaga al vapor Til·làpia al forn Fruita del temps	5 Verdura al vapor Trita de patata i ceba amb amanida Fruita del temps
8 Crema de pastanaga Pernillets de pollastre al forn amb amanida Fruita del temps	9 Verdura al vapor Bacallà al forn amb verdures de temporada logurt descremat	10 Carbassó al forn Trita paisana amb amanida Fruita del temps	11 Bledes amb patata vapor Lluç al forn amb amanida Fruita del temps	12 Sopa minestrone amb pasta Gall d'indi amb tomàquet amanit Fruita del temps
15 Mongeta tendra amb patata i pastanaga al vapor Hamburguesa al forn amb tomàquet provençal Fruita del temps	16 Espinacs saltejats Lluç al forn amb amanida logurt descremat	17 Purè de pastanaga Pernillets de pollastre al forn amb amanida Fruita del temps	18 Crema de carbassó Abadejo amb amanida Fruita del temps	19 Trinxat de verdures Trita de patata i ceba amb amanida Fruita del temps
22 Minestra de verdures al vapor Trita paisana amb amanida Fruita del temps	<b>DIADA DE SANT JORDI</b> 23 Bledes amb patata vapor Blanqueta de gall d'indi amb amanida logurt descremat	24 Crema de verdures Bacallà al forn amb amanida Fruita del temps	25 Verdura al vapor Trita de patata i ceba amb amanida Fruita del temps	26 Sopa de peix amb arròs Til·làpia al forn amb verdures Fruita del temps
29 Sopa minestrone amb pasta Trita de patata, ceba i verdures amb amanida Fruita del temps	30 Mongeta tendra amb patata i pastanaga al vapor Hamburguesa casolana al forn amb amanida logurt descremat			

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar

**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.