



23 D'ABRIL **Som Artistes!**

Celebrem el mes de Sant Jordi i el Dia del Llibre amb l'art literari de la Caterina Albert.

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
FESTIU	Peix (195g) a la planxa amb patata (15g)	Botifarra (150g) amb seques (15g)	Halibut (195g) al forn amb ceba (25g)	Rodó de gall dindi al forn (150g) amb mongeta tendra (40g)
	Fruita de temporada	Poma al forn	Fruita de temporada	Fruita de temporada

DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
Peix (195g) a la planxa amb amb patata (15g)	Aletes de pollastre (150g pes net) al forn amb carbassó (75g) al forn	Llom (150g) al forn amb patata (15g)	Bacallà (195g) al forn amb mongeta tendra (40g)	Magra d'au a la planxa (150g) amb cigrons (15g)
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada

DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
Fogoner (195g) a la planxa amb carbassó (75g)	Peix (195g) al forn amb moniato (10g) al forn	Pollastre (150g pes net) al forn amb lleties (20g)	Peix (195g) a la planxa amb patata (15g)	Magra de porc (150g pes net) al forn amb pastanaga cuïta (25g)
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada

DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
Hamburguesa de vedella (150g) amb carbassó (75g) al forn	Daus de pollastre (150g pes net) al forn amb bledes (50g)	Peix (195g) a la planxa amb seques (15g)	Blanqueta de gall dindi (150g pes net) al forn amb pastanaga cuïta (25g)	Lluç (195g) al forn amb ceba (13g) i pebrot verd (37g) al forn
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada

DILLUNS 29	DIMARTS 30
Magra d'au (150g) a la planxa amb carbassó (75g)	Gallineta (195g) al forn amb patata (15g)
Fruita de temporada	Fruita de temporada

24 D'ABRIL

Aquest mes, i en honor a la Caterina Albert, provem receptes de la terra.

Que aprofiti el tastet català!



Alerta per sequia!

Sabíeu que per a produir 1 kg de llegums es necessiten 1.250 l d'aigua, mentre que per produir 1 kg de vedella se'n necessiten 13.000?

- TOT EL PEIX ÉS SENSE ESPINES.
- FRUITA DE TEMPORADA 2R (20G PLÀTAN O POMA / 50G KIWI, NACTARINA, PERA, TARONJA, PRUNA...).
- TOTS ELS PLATS ESTAN AMANITS AMB 1R (30ML D'OLI D'OLIVA VERGE EXTRA).