

Menú escola Ciutat Cooperativa

ABRIL 2021 menú sense porc

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Es donarà fruita ecològica i/o de proximitat un cop per setmana.	Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir.		1 VACANCES	2 VACANCES
5 VACANCES	6 Arròs integral amb salsa de tomàquet Croquetes de pollastre i guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO sense sucre	7 Mongetes blanques saltejades amb verdures Lluç al forn a la llauna i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	8 Sopa de brou amb pistons Mandonguilles de vedella amb salsa de tomàquet i guarnició de patata cub Fruita del temps	9 Coliflor amb patata Trita a la francesa i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps
12 Arròs amb verdures Pit de pollastre amb salsa de formatge i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps	13 Amanida completa de remolatxa i pera Espirals amb bolonyesa vegetal Fruita del temps	14 Cigrons a la provençal Trita a la francesa i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	15 Trinxat de col i patata (sense bacon) Lluç al forn i amanida d'enciam i poma logurt natural ECO sense sucre	16 Escudella barrejada Trita de patates i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps
19 Amanida completa amb ou dur i cavalla Lenties estofades amb arròs i hortalisses Fruita del temps	20 Bledes amb patata Trita de formatge i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	21 Arròs a la milanesa (sense bacon) Peix fresc al forn i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	22 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb taronja i amanida d'enciam i col llombarda Fruita del temps	23 Àpat de Sant Jordi Sopa de lletres Formatge edam arrebossat amb guarnició de xips Pastís de xocolata
26 Arròs tres delícies (sense pernil) Rap al forn i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps	27 Crema de pastanaga i patata Vedella la jardinera Fruita del temps	28 Llacets a la napolitana Lluç a la planxa i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	29 Mongetes blanques saltejades amb verdures Trita de carbassó i amanida d'enciam i tomàquet logurt natural ECO sense sucre	30 Espinacs amb patata Pollastre al curri i guarnició d'arròs blanc Fruita del temps

Menú escola Ciutat Cooperativa

ABRIL 2021 menú sense carn

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Es donarà fruita ecològica i/o de proximitat un cop per setmana.	Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir.		1 VACANCES	2 VACANCES
5 VACANCES	6 Arròs integral amb salsa de tomàquet Croquetes de bacallà i guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO sense sucre	7 Mongetes blanques saltejades amb verdures Lluç al forn a la llauna i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	8 Sopa de brou amb pistons (brou vegetal) Mandonguilles vegetals amb salsa de tomàquet i guarnició de patata cub Fruita del temps	9 Coliflor amb patata Trita a la francesa i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps
12 Arròs amb verdures Seitan amb salsa de formatge i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps	13 Amanida completa de remolatxa i pera Espirals amb bolonyesa vegetal Fruita del temps	14 Cigrons a la provençal Trita a la francesa i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	15 Trinxat de col i patata (sense bacon) Lluç al forn i amanida d'enciam i poma logurt natural ECO sense sucre	16 Escudella barrejada (brou vegetal) Trita de patates i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps
19 Amanida completa amb ou dur i cavalla Lenties estofades amb arròs i hortalisses Fruita del temps	20 Bledes amb patata Trita de formatge i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	21 Arròs a la milanesa (sense bacon) Peix fresc al forn i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	22 Mongeta tendra amb patata Tofu al forn amb taronja i amanida d'enciam i col llombarda Fruita del temps	23 Àpat de Sant Jordi Sopa de lletres (brou vegetal) Formatge edam arrebossat amb guarnició de xips Pastís de xocolata
26 Arròs tres delícies (sense pernil) Rap al forn i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps	27 Crema de pastanaga i patata Cigrons la jardinera Fruita del temps	28 Llacets a la napolitana Lluç a la planxa i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	29 Mongetes blanques saltejades amb verdures Trita de carbassó i amanida d'enciam i tomàquet logurt natural ECO sense sucre	30 Espinacs amb patata Seitan amb verduretes i guarnició d'arròs blanc Fruita del temps

Menú escola Ciutat Cooperativa

ABRIL 2021 menú sense gluten, lactosa, fruits secs

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir. *Plat o producte sense gluten, lactosa, fruits secs ni traces. # Producte especial sense gluten, lactosa ni fruits secs</p>	<p>S'utilitza pasta de blat de moro i arròs. Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. són sense gluten.</p>		<p>1 VACANCES</p>	<p>2 VACANCES</p>
<p>5 VACANCES</p>	<p>6 Arròs integral amb salsa de tomàquet Croquetes de pollastre# i guarnició de pastanaga i blat de moro logurt sense lactosa#</p>	<p>7 Mongetes blanques saltejades amb verdures Lluç al forn a la llauna i amanida d'enciam i olives Fruita del temps</p>	<p>8 Sopa de brou amb fideus# Mandonguilles* de vedella amb salsa de tomàquet i guarnició de patata cub Fruita del temps</p>	<p>9 Coliflor amb patata Trita de gall dindi# i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</p>
<p>12 Arròs amb verdures Pit de pollastre amb salsa de formatge (amb maizena i formatge sense lactosa#) i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</p>	<p>13 Amanida completa de remolatxa i pera Espirals# amb bolonyesa de llenties* Fruita del temps</p>	<p>14 Cigrons a la provençal Porc agredolç (amb salsa de soja#) i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps</p>	<p>15 Trinxat de col i patata (amb bacon*) Lluç al forn i amanida d'enciam i poma logurt sense lactosa#</p>	<p>16 Escudella barrejada (amb fideus#) Trita de patates i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps</p>
<p>19 Amanida completa amb ou dur i cavalla Llenties estofades amb arròs i hortalisses Fruita del temps</p>	<p>20 Bledes amb patata Trita de formatge sense lactosa# i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</p>	<p>21 Arròs a la milanesa (amb gall dindi i formatge sense lactosa#) Peix fresc al forn i amanida d'enciam i olives Fruita del temps</p>	<p>22 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb taronja i amanida d'enciam i col llombarda Fruita del temps</p>	<p>23 Àpat de Sant Jordi Sopa de fideus# Carn magra arrebossada# amb guarnició de xips logurt sense lactosa#</p>
<p>26 Arròs tres delícies (amb gall dindi#) Rap al forn i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps</p>	<p>27 Crema de pastanaga i patata Vedella la jardinera Fruita del temps</p>	<p>28 Espirals# a la napolitana Lluç a la planxa i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</p>	<p>29 Mongetes blanques saltejades amb verdures Trita de carbassó i amanida d'enciam i tomàquet logurt sense lactosa#</p>	<p>30 Espinacs amb patata Pollastre al curri (amb llet sense lactosa#) i guarnició d'arròs blanc Fruita del temps</p>

Menú escola Ciutat Cooperativa

ABRIL 2021 menú sense gluten

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir. *Plat o producte sense gluten, ni traces. # Producte especial sense gluten</p>	<p>S'utilitza pasta de blat de moro i arròs. Totes les farines que es fan servir per arrebossats, salses, etc. són sense gluten.</p>		<p>1</p> <p>VACANCES</p>	<p>2</p> <p>VACANCES</p>
<p>5</p> <p>VACANCES</p>	<p>6</p> <p>Arròs integral amb salsa de tomàquet Croquetes de pollastre# i guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO sense sucre</p>	<p>7</p> <p>Mongetes blanques saltejades amb verdures Lluç al forn a la llauna i amanida d'enciam i olives Fruita del temps</p>	<p>8</p> <p>Sopa de brou amb fideus# Mandonguilles de vedella amb salsa de tomàquet i guarnició de patata cub Fruita del temps</p>	<p>9</p> <p>Coliflor amb patata Trita de pernil* i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</p>
<p>12</p> <p>Arròs amb verdures Pit de pollastre amb salsa de formatge (amb maizena#) i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</p>	<p>13</p> <p>Amanida completa de remolatxa i pera Espirals# amb bolonyesa de llienties* Fruita del temps</p>	<p>14</p> <p>Cigrons a la provençal Porc agredolç (amb salsa de soja#) i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps</p>	<p>15</p> <p>Trinxat de col i patata (amb bacon*) Lluç al forn i amanida d'enciam i poma logurt natural ECO sense sucre</p>	<p>16</p> <p>Escudella barrejada (amb fideus#) Trita de patates i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps</p>
<p>19</p> <p>Amanida completa amb ou dur i cavalla Llienties estofades amb arròs i hortalisses Fruita del temps</p>	<p>20</p> <p>Bledes amb patata Trita de formatge i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</p>	<p>21</p> <p>Arròs a la milanesa (amb pernil*) Peix fresc al forn i amanida d'enciam i olives Fruita del temps</p>	<p>22</p> <p>Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb taronja i amanida d'enciam i col llombarda Fruita del temps</p>	<p>23</p> <p>Àpat de Sant Jordi Sopa de fideus# Carn magra arrebossada# amb guarnició de xips Crema de xocolata*</p>
<p>26</p> <p>Arròs tres delícies (amb pernil*) Rap al forn i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps</p>	<p>27</p> <p>Crema de pastanaga i patata Vedella la jardinera Fruita del temps</p>	<p>28</p> <p>Espirals# a la napolitana Lluç a la planxa i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</p>	<p>29</p> <p>Mongetes blanques saltejades amb verdures Trita de carbassó i amanida d'enciam i tomàquet logurt natural ECO sense sucre</p>	<p>30</p> <p>Espinacs amb patata Pollastre al curri* i guarnició d'arròs blanc Fruita del temps</p>

Menú escola Ciutat Cooperativa

ABRIL 2021 menú sense gluten, PLV, albergínia, ou, nectarina, pistatxo, salmó, mel, bitxo

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>*Plat o producte sense gluten, PLV, albergínia, ou, nectarina, pistatxo, salmó, mel, bitxo ni traces.</p> <p>#Producte especial sense gluten, PLV, albergínia, ou, nectarina, pistatxo, salmó, mel ni bitxo.</p>	<p>S'utilitza pasta de blat de moro i arròs, que no conté traces d'ou.</p> <p>Es fa servir formatge ratllat sense lactosa</p> <p>Pa integral un dia a la setmana.</p> <p>Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir.</p>		<p>1</p> <p>VACANCES</p>	<p>2</p> <p>VACANCES</p>
<p>5</p> <p>VACANCES</p>	<p>6</p> <p>Arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Croquetes de pollastre# i guarnició de pastanaga i blat de moro</p> <p>logurt de soja#</p>	<p>7</p> <p>Mongetes blanques saltejades amb verdures</p> <p>Lluç al forn a la llauna i amanida d'enciam i olives</p> <p>Fruita del temps*</p>	<p>8</p> <p>Sopa de brou amb fideus# Mandonguilles* de vedella amb salsa de tomàquet i guarnició de patata cub</p> <p>Fruita del temps*</p>	<p>9</p> <p>Coliflor amb patata</p> <p>Gall dindi a la planxa i amanida d'enciam i remolatxa</p> <p>Fruita del temps*</p>
<p>12</p> <p>Arròs amb verdures</p> <p>Pit de pollastre a la planxa i amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita del temps*</p>	<p>13</p> <p>Amanida completa de remolatxa i pera</p> <p>Espirals# amb bolonyesa de lleties*</p> <p>Fruita del temps*</p>	<p>14</p> <p>Cigrons a la provençal</p> <p>Carn magra a la planxa i amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Fruita del temps*</p>	<p>15</p> <p>Trinxat de col i patata (amb bacon*)</p> <p>Lluç al forn i amanida d'enciam i poma</p> <p>logurt de soja#</p>	<p>16</p> <p>Escudella barrejada (amb fideus#)</p> <p>Timbal de patates amb hortalisses</p> <p>Fruita del temps*</p>
<p>19</p> <p>Amanida completa amb cavalla (sense ou dur)</p> <p>Lleties estofades amb arròs i hortalisses</p> <p>Fruita del temps*</p>	<p>20</p> <p>Bledes amb patata</p> <p>Gall dindi a la planxa i amanida d'enciam i remolatxa</p> <p>Fruita del temps*</p>	<p>21</p> <p>Arròs a la milanesa (amb gall dindi# i sense formatge)</p> <p>Peix fresc al forn (no salmó) i amanida d'enciam i olives</p> <p>Fruita del temps*</p>	<p>22</p> <p>Mongeta tendra amb patata</p> <p>Pollastre al forn amb taronja i amanida d'enciam i col llombarda</p> <p>Fruita del temps*</p>	<p>23</p> <p>Àpat de Sant Jordi</p> <p>Sopa de fideus#</p> <p>Carn magra arrebossada# amb guarnició de xips</p> <p>logurt de soja#</p>
<p>26</p> <p>Arròs tres delícies (sense truita i amb gall dindi#)</p> <p>Rap al forn i amanida d'enciam i brots de soja</p> <p>Fruita del temps*</p>	<p>27</p> <p>Crema de pastanaga i patata</p> <p>Vedella la jardinera</p> <p>Fruita del temps*</p>	<p>28</p> <p>Espirals# a la napolitana</p> <p>Lluç a la planxa i amanida d'enciam i remolatxa</p> <p>Fruita del temps*</p>	<p>29</p> <p>Mongetes blanques saltejades amb verdures</p> <p>Pannini# vegetal (sense albergínia ni formatge) i amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>logurt de soja#</p>	<p>30</p> <p>Espinacs amb patata</p> <p>Pollastre al curri* (sense llet) i guarnició d'arròs blanc</p> <p>Fruita del temps*</p>

Menú escola Ciutat Cooperativa

ABRIL 2021 menú sense lactosa

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Postres làctics Kaiku sense lactosa. *Plat o producte sense lactosa, ni traces. # Producte especial sense lactosa</p>	<p>Es donarà fruita ecològica i/o de proximitat un cop per setmana.</p>		<p>1</p> <p>VACANCES</p>	<p>2</p> <p>VACANCES</p>
<p>5</p> <p>VACANCES</p>	<p>6</p> <p>Arròs integral amb salsa de tomàquet Croquetes de pollastre# i guarnició de pastanaga i blat de moro logurt sense lactosa#</p>	<p>7</p> <p>Mongetes blanques saltejades amb verdures Lluç al forn a la llauana i amanida d'enciam i olives Fruita del temps</p>	<p>8</p> <p>Sopa de brou amb pistons Mandonguilles* de vedella amb salsa de tomàquet i guarnició de patata cub Fruita del temps</p>	<p>9</p> <p>Coliflor amb patata Trita de gall dindi# i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</p>
<p>12</p> <p>Arròs amb verdures Pit de pollastre amb salsa de formatge# i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</p>	<p>13</p> <p>Amanida completa de remolatxa i pera Espirals amb bolonyesa vegetal* Fruita del temps</p>	<p>14</p> <p>Cigrons a la provençal Porc agredolç* i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps</p>	<p>15</p> <p>Trinxat de col i patata (amb bacon*) Lluç al forn i amanida d'enciam i poma logurt sense lactosa#</p>	<p>16</p> <p>Escudella barrejada Trita de patates i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps</p>
<p>19</p> <p>Amanida completa amb ou dur i cavalla Lenties estofades amb arròs i hortalisses Fruita del temps</p>	<p>20</p> <p>Bledes amb patata Trita de formatge sense lactosa# i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</p>	<p>21</p> <p>Arròs a la milanesa (amb gall dindi i formatge sense lactosa#) Peix fresc al forn i amanida d'enciam i olives Fruita del temps</p>	<p>22</p> <p>Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb taronja i amanida d'enciam i col llombarda Fruita del temps</p>	<p>23</p> <p>Àpat de Sant Jordi Sopa de lletres Carn magra arrebossada* amb guarnició de xips Crema de soja amb xocolata#</p>
<p>26</p> <p>Arròs tres delícies (amb gall dindi#) Rap al forn i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps</p>	<p>27</p> <p>Crema de pastanaga i patata Vedella la jardinera Fruita del temps</p>	<p>28</p> <p>Llacets a la napolitana Lluç a la planxa i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps</p>	<p>29</p> <p>Mongetes blanques saltejades amb verdures Trita de carbassó i amanida d'enciam i tomàquet logurt sense lactosa#</p>	<p>30</p> <p>Espinacs amb patata Pollastre al curri (amb llet sense lactosa#) i guarnició d'arròs blanc Fruita del temps</p>

Menú escola Ciutat Cooperativa

ABRIL 2021 menú sense fruits secs, préssec, taronja

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Es donarà fruita ecològica i/o de proximitat un cop per setmana.	Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir. *Plat o producte sense fruits secs, ni traces. #Producte especial sense fruits secs		1 VACANCES	2 VACANCES
5 VACANCES	6 Arròs integral amb salsa de tomàquet Croquetes de pollastre* i guarnició de pastanaga i blat de moro logurt natural ECO sense sucre	7 Mongetes blanques saltejades amb verdures Lluç al forn a la llaua i amanida d'enciam i olives Fruita del temps*	8 Sopa de brou amb pistons Mandonguilles* de vedella amb salsa de tomàquet i guarnició de patata cub Fruita del temps*	9 Coliflor amb patata Trita de pernil i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps*
12 Arròs amb verdures Pit de pollastre amb salsa de formatge* i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps*	13 Amanida completa de remolatxa i pera Espirals amb bolonyesa vegetal* Fruita del temps*	14 Cigrons a la provençal Porc agredolç* i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps*	15 Trinxat de col i patata Lluç al forn i amanida d'enciam i poma logurt natural ECO sense sucre	16 Escudella barrejada Trita de patates i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps*
19 Amanida completa amb ou dur i cavalla Llenties estofades amb arròs i hortalisses Fruita del temps*	20 Bledes amb patata Trita de formatge i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps*	21 Arròs a la milanesa Peix fresc al forn i amanida d'enciam i olives Fruita del temps*	22 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn (sense salsa) i amanida d'enciam i col llombarda Fruita del temps*	23 Àpat de Sant Jordi Sopa de lletres Carn magra arrebossada* amb guarnició de xips Crema de xocolata*
26 Arròs tres delícies Rap al forn i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps*	27 Crema de pastanaga i patata Vedella la jardinera Fruita del temps*	28 Llacets a la napolitana Lluç a la planxa i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps*	29 Mongetes blanques saltejades amb verdures Trita de carbassó i amanida d'enciam i tomàquet logurt natural ECO sense sucre	30 Espinacs amb patata Pollastre al curri* i guarnició d'arròs blanc Fruita del temps*

Menú escola Ciutat Cooperativa

ABRIL 2021 menú sense colesterol

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Es donarà fruita ecològica i/o de proximitat un cop per setmana.	Pa integral un dia a la setmana. Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir.		1 VACANCES	2 VACANCES
5 VACANCES	6 Arròs integral amb salsa de tomàquet casolana Pollastre al forn i guarnició de pastanaga i blat de moro logurt desnatat	7 Mongetes blanques saltejades amb verdures Lluç al forn a la llauna i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	8 Sopa de brou amb pistons Bistec a la planxa i guarnició de patata cub Fruita del temps	9 Coliflor amb patata Truita a la francesa i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps
12 Arròs amb verdures Pit de pollastre a la planxa i amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps	13 Amanida completa de remolatxa i pera Espirals amb bolonyesa vegetal (amb salsa casolana) Fruita del temps	14 Cigrons a la provençal (salsa casolana) Carn magra a la planxa i amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	15 Trinxat de col i patata (sense bacon) Lluç al forn i amanida d'enciam i poma logurt desnatat	16 Escudella barrejada Truita a la francesa i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps
19 Amanida completa amb ou dur i cavalla Llenties estofades amb arròs i hortalisses Fruita del temps	20 Bledes amb patata Truita de formatge i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	21 Arròs a la milanesa (sense pernil) Peix fresc al forn i amanida d'enciam i olives Fruita del temps	22 Mongeta tendra amb patata Pollastre al forn amb taronja i amanida d'enciam i col llombarda Fruita del temps	23 Àpat de Sant Jordi Sopa de lletres Carn magra a la planxa amb guarnició de patates al caliu logurt desnatat
26 Arròs tres delícies (sense pernil) Rap al forn i amanida d'enciam i brots de soja Fruita del temps	27 Crema de pastanaga i patata Bistec a la planxa i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps	28 Llacets a la napolitana (salsa casolana) Lluç a la planxa i amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	29 Mongetes blanques saltejades amb verdures Truita de carbassó i amanida d'enciam i tomàquet logurt desnatat	30 Espinacs amb patata Pollastre al forn i guarnició d'arròs blanc Fruita del temps