

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>1 Arròs de verdures amb conill Filet de bacallà al forn amb salsa de tomàquet casolana Fruita de temporada</p>	<p>2 Amanida de cigrons, ou, tonyina, pebrots verd i vermell) Aletes de pollastre al forn amb amanida d'enciam, tomàquet i olives logurt natural</p>	<p>3 Fideuà Peix fresc enfarinat amb amanida de tomàquet, blat de moro i olives Fruita de temporada</p>	<p>4 Bròquil amb patata al vapor Mandonguilles mixtes guisades a la jardinera Fruita de temporada</p>	<p>5 Vichyssoise Trita de patata al forn amb amanida d'enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada</p>
<p>8 Arròs tres delícies Filet de llenguado enfarinat amb amanida d'enciam i olives Fruita de temporada</p>	<p>9 Patata amb mongeta al vapor Longanissa de porc amb saltejat de fesols Fruita de temporada</p>	<p>10 Crema de verdures de temporada Pollastre rostit al forn amb verdures i amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada</p>	<p>11 Amanida de lleties <i>ecològiques</i> Trita francesa al forn amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro logurt natural</p>	<p>12 Sopa d'au i verduretes amb estrelletes Rodó de gall dindi rostit amb pèsols <i>ecològics</i> Fruita de temporada</p>
<p>15 Variat de verdures al vapor amb patata Saltejat de proteïna vegetal amb verdures Fruita de temporada</p>	<p>16 Crema freda de carabassó Peix fresc al forn amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada</p>	<p>17 Pizza de pernil dolç i formatge Nuggets amb amanida d'enciam i blat de moro Gelats</p>	<p>18 Arròs amb tomàquet Lluç al forn amb samfaina Fruita de temporada</p>	<p>19 Amanida de pasta Trita de patata amb enciam amanit, blat de moro i olives Fruita de temporada</p>

L'empresa prioritza l'ús d'aliments frescos, de temporada i provinents de canals curts de distribució. Cada dia es serveix pa integral. Tots els nostres menús poden contenir al·lèrgens, excepte els menús especials adaptats.
El menú pot estar subjecte a modificacions segons disponibilitat de productes.

Amb el bon temps... gaudim dels aliments de temporada

La primavera porta més hores de llum, dies més suaus i moltes ganes de sortir, jugar i moure'ns. També és un moment perfecte per descobrir nous aliments de temporada, frescos, plens de color i sabor..

Idees fàcils per sentir-te bé aquest mes

- Escull fruita i verdura de primavera: maduixes, pèsols, espàrrecs, enciam, pastanaga.
- Beu aigua sovint, sobretot quan fa més calor o després de jugar.
- Juga i mou-te cada dia: córrer, saltar, anar amb bici, jugar al parc o ballar.
- Gaudeix dels aliments frescos i de temporada, que ens dona la natura a aquesta època.

Consells per als dies especials

Aquesta època de l'any és ideal per provar nous sabors, textures i observa els colors de la fruita i la verdura. Prova aliments nous quan en tinguis l'oportunitat.

Menja tranquil·lament i gaudeix dels àpats amb la família o els amics.

Idees d'esmorzars i berenar

- Iogurt natural amb maduixes.
- Torrada integral amb tomàquet i oli d'oliva.
- Poma o maduixes + un grapat de fruits secs sense sal.
- Llet o beguda vegetal + una fruita fresca.

Mini-activitat (opcional i divertida)

Tria 3 aliments de primavera que t'agradaria provar aquest mes (per exemple: maduixes, pèsols o espàrrecs). Busca'ls al mercat o al supermercat amb la família i descobreix com es preparen a casa.