

# LINIA CALENTA SEGRIÀ

BASAL



**Comertel**  
alimentació col·lectiva

ABRIL

2024

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

1 **DILLUNS DE PASQUA**



- CREMA DE BRÒCOLI
- TRUITA DE PERNIL DOLÇ
- AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
- FRUITA DE TEMPORADA



598,5 KCAL 13%P 35%L 55%HC

- ARRÒS AMB VERDURES
- ABADEJO AMB PATATA
- AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET
- IOGURT NATURAL



599,8KCAL 13%P 32%L 54%HC

- SOPA MINESTRONE
- HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
- AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO
- FRUITA DE TEMPORADA



607,4KCAL 13%P 30%L, 57%HC

- LLENTIES AMB VERDURES
- CARN MAGRA AMB SALSAGREDOLÇA
- FRUITA DE TEMPORADA



604,6KCAL 13%P 35%L 52%HC

- ARRÒS A LA CUBANA
- FILET DE LLUÇ AMB SALSIVERDA
- FRUITA DE TEMPORADA



597,3KCAL 12%P 34%L 53%HC

- TRICOLOR DE VERDURA
- MONGETA BLANCA A LA MARINERA
- FRUITA DE TEMPORADA



599,8KCAL 13%P 31%L 56%HC

- CREMA DE CARABASSÓ
- CUIXA DE POLLASTRE AL FORN
- AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
- FRUITA DE TEMPORADA



607,4KCAL 14%P 30%L, 56%HC

- MACARRONS POMODORO
- MONDONGUILLES DE LLUÇ I POTA AL FORN
- AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO
- IOGURT NATURAL



597,6KCAL 13%P 33%L 54%HC

- CIGRONS AMB BLEDES
- TRUITA DE PATATA CASOLANA
- AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET
- FRUITA DE TEMPORADA



608,5KCAL 15%P 34%L 51%HC

- CREMA DE PASTANAGA
- PERNILETS DE POLLASTRE AMB SALSAD'ENCIAM I XAMPINYONS
- AMANIDA DE TOMÀQUET
- FRUITA DE TEMPORADA



595,2KCAL 13%P 34%L 53%HC

- LLENTIES ESTOFADES
- ABADEJO A LA GREGA
- FRUITA DE TEMPORADA



593,3KCAL 15%P 31%L 54%HC

- ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA
- TRUITA DE TONYINA
- AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO
- FRUITA DE TEMPORADA



599,9KCAL 15%P 33%L 52%HC

- CIGRONS AMB VERDURES
- ESTOFAT DE GALL DINDI
- FRUITA DE TEMPORADA



600,6KCAL 14%P 31%L 55%HC

- ARRÒS CALDÓS
- SALMÓ AMB SALSAPOMODORO
- AMANIDA D'ENCIAM I IOGURT NATURAL



603,4KCAL 15%P 31%L 54%HC

- LLENTIES A LA JARDINERA
- CARN MAGRA A LA RIOJANA
- FRUITA DE TEMPORADA



603,4KCAL 13%P 31%L 56%HC

- SOPA D'AU AMB PASTA
- PIT DE POLLASTRE A LA MILANESA
- AMANIDA DE TOMÀQUET
- FRUITA DE TEMPORADA



597,4KCAL 12%P 33%L 54%HC

- MONGETA VERDA AMB PATATES
- OLLA BARREJADA
- IOGURT NATURAL



604,6KCAL 14%P 31%L 55%HC

- ARRÒS AMB TOMÀQUET
- ABADEJO AMB SALSAD'ENCIAM I VERDURES
- FRUITA DE TEMPORADA



604,6KCAL 13%P 35%L 52%HC

- CREMA DE VERDURES
- TRUITA DE CARABASSÓ
- AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
- FRUITA DE TEMPORADA



608,5KCAL 15%P 35%L 50%HC

- ARRÒS AMB VERDURES
- FILET DE LLUÇ A LA GREGA
- FRUITA DE TEMPORADA



599,9KCAL 17%P 31%L 52%HC

- ESTOFAT DE CIGRONS
- TRUITA DE PATATA CASOLANA
- AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO
- FRUITA DE TEMPORADA



599,9KCAL 17%P 31%L 52%HC

MES: **ABRIL 2024**

MENÚ: **SENSE PORC**

Dilluns		Dimarts		Dimecres		Dijous		Divendres	
1	<b>DILLUNS DE PASQUA</b>	2	Crema de bròcoli Truita de carabassó casolana Amanida d'enciam i pastanaga  Fruita	3	Arròs amb verdures Abadejo amb patata Amanida d'enciam i tomàquet  logurt	4	Sopa de verdures Salmó amb salsa pomodoro Amanida d'enciam i blat de moro  Fruita	5	Llenties amb verdures Palometa a la grega  Fruita
8	Arròs a la cubana Filet de lluç amb salsa verda  Fruita	9	Tricolor de verdura Mongeta blanca a la marinera  Fruita	10	Crema de carabassó Cuixa de pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga  Fruita ecològica	11	Macarrons pomodoro Mandonguilles de lluç i pota al forn Amanida d'enciam i blat de moro  logurt	12	Cigrons amb bledes Truita de patata casolana Amanida d'enciam i tomàquet  Fruita
15	Crema de pastanaga Pernilets de pollastre amb salsa de xampinyons Amanida de tomàquet  Fruita	16	Llenties estofades Abadejo a la grega  Fruita	17	Espaguetis a la napolitana Truita de tonyina casolana Amanida d'enciam i blat de moro  Fruita	18	Cigrons amb verdures Estofat de gall dindi  Fruita ecològica	19	Arròs caldós Salmó amb salsa pomodoro Amanida d'enciam  logurt
22	Llenties a la jardinera Palometa a la grega  Fruita	23	Sopa de verdures Pit de pollastre a la milanesa Amanida de tomàquet  Fruita ecològica	24	Mongeta verda amb patata Mongeta blanca a la marinera  logurt	25	Arròs amb tomàquet Abadejo amb salsa de verdures  Fruita	26	Crema de verdures Truita de carabassó Amanida d'enciam i pastanaga  Fruita
29	Arròs amb verdures Filet de lluç a la grega  Fruita	30	Estofat de cigrons Truita de patata casolana Amanida d'enciam i blat de moro  Fruita						

**VISITA LA NOSTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES)**

MES: **ABRIL 2024**

MENÚ: **SENSE CARN, LLET, OU, FR.SECs**

Dilluns		Dimarts		Dimecres		Dijous		Divendres	
1	<b>DILLUNS DE PASQUA</b>	2	Crema de bròcoli Filet de lluç a la biscaïna Amanida d'enciam i pastanaga  Fruita	3	Arròs amb verdures Abadejo amb patata Amanida d'enciam i tomàquet  Fruita	4	Sopa de verdures Salmó amb salsa pomodoro Amanida d'enciam i blat de moro  Fruita	5	Llenties amb verdures Palometa a la grega  Fruita
8	Arròs a la cubana Filet de lluç amb salsa verda  Fruita	9	Tricolor de verdura Mongeta blanca a la marinera  Fruita	10	Crema de carabassó Trita de patata casolana Amanida d'enciam i pastanaga  Fruita ecològica	11	Macarrons sense gluten ni ou pomodoro Filet de lluç amb salsa verda Amanida d'enciam i blat de moro  Fruita	12	Cigrons amb bledes Abadejo a la grega Amanida d'enciam i tomàquet  Fruita
15	Crema de pastanaga Salmó amb salsa pomodoro Amanida de tomàquet  Fruita	16	Llenties estofades Abadejo a la grega  Fruita ecològica	17	Espaguetis sense gluten ni ou a la napolitana Col i flor gratinada Amanida d'enciam i blat de moro  Fruita	18	Cigrons amb verdures Abadejo amb patata  Fruita	19	Arròs caldós Salmó amb salsa pomodoro Amanida d'enciam  Fruita
22	Llenties a la jardinera Palometa a la grega  Fruita	23	Sopa de verdures Lluç amb salsa verda Amanida de tomàquet  Fruita ecològica	24	Mongeta verda amb patata Mongeta blanca a la marinera  Fruita	25	Arròs amb tomàquet Abadejo amb salsa de verdures  Fruita	26	Crema de verdures Lluç al forn Amanida d'enciam i pastanaga  Fruita
29	Arròs amb verdures Filet de lluç a la grega  Fruita	30	Estofat de cigrons Salmó amb salsa pomodoro Amanida d'enciam i blat de moro  Fruita						

**VISITA LA NOSTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES)**

MES: **ABRIL 2024**

MENÚ: **SENSE GLUTEN, OU**

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<p>1</p> <p><b>DILLUNS DE PASQUA</b></p>	<p>2</p> <p>Crema de bròcoli Trita de pernil dolç Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita</p>	<p>3</p> <p>Arròs amb verdures Abadejo amb patata Amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>logurt</p>	<p>4</p> <p>Sopa de verdures Salmó amb salsa pomodoro Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Fruita</p>	<p>5</p> <p>Crema de carabassó Carn magra amb salsa agredolça</p> <p>Fruita</p>
<p>8</p> <p>Arròs a la cubana Filet de lluç amb salsa verda</p> <p>Fruita</p>	<p>9</p> <p>Tricolor de verdura Mongeta blanca a la marinera</p> <p>Fruita</p>	<p>10</p> <p>Crema de carabassó Cuixa de pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita ecològica</p>	<p>11</p> <p>Macarrons sense gluten ni ou pomodoro Filet de lluç amb salsa verda Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>logurt</p>	<p>12</p> <p>Cigrons amb bledes Abadejo a la grega Amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Fruita</p>
<p>15</p> <p>Crema de pastanaga Pernilets de pollastre amb salsa de xampinyons Amanida de tomàquet</p> <p>Fruita</p>	<p>16</p> <p>Sopa de verdures Abadejo a la grega</p> <p>Fruita</p>	<p>17</p> <p>Espaguetis sense gluten ni ou a la napolitana Trita de tonyina casolana Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Fruita</p>	<p>18</p> <p>Cigrons amb verdures Estofat de gall dindi</p> <p>Fruita ecològica</p>	<p>19</p> <p>Arròs caldós Salmó amb salsa pomodoro Amanida d'enciam</p> <p>logurt</p>
<p>22</p> <p>Arròs amb tomàquet Carn magra a la riojana</p> <p>Fruita</p>	<p>23</p> <p>Sopa de verdures Lluç amb salsa verda Amanida de tomàquet</p> <p>Fruita ecològica</p>	<p>24</p> <p>Mongeta verda amb patata Olla barrejada</p> <p>logurt</p>	<p>25</p> <p>Arròs amb tomàquet Abadejo amb salsa de verdures</p> <p>Fruita</p>	<p>26</p> <p>Crema de verdures Lluç al forn Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita</p>
<p>29</p> <p>Arròs amb verdures Filet de lluç a la grega</p> <p>Fruita</p>	<p>30</p> <p>Estofat de cigrons Pernilets de pollastre al forn Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Fruita</p>			

**VISITA LA NOSTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES)**

MES: **ABRIL 2024**

MENÚ: **SENSE CARN**

Dilluns		Dimarts		Dimecres		Dijous		Divendres	
1	<b>DILLUNS DE PASQUA</b>	2	Crema de bròcoli Truita de carabassó casolana Amanida d'enciam i pastanaga  Fruita	3	Arròs amb verdures Abadejo amb patata Amanida d'enciam i tomàquet  logurt	4	Sopa de verdures Salmó amb salsa pomodoro Amanida d'enciam i blat de moro  Fruita	5	Llenties amb verdures Palometa a la grega  Fruita
8	Arròs a la cubana Filet de lluç amb salsa verda  Fruita	9	Tricolor de verdura Mongeta blanca a la marinera  Fruita	10	Crema de carabassó Truita de patata casolana Amanida d'enciam i pastanaga  Fruita ecològica	11	Macarrons pomodoro Mandonguilles de lluç i pota al forn Amanida d'enciam i blat de moro  logurt	12	Cigrons amb bledes Truita de patata casolana Amanida d'enciam i tomàquet  Fruita
15	Crema de pastanaga Salmó amb salsa pomodoro Amanida de tomàquet  Fruita	16	Llenties estofades Abadejo a la grega  Fruita	17	Espaguetis a la napolitana Truita de tonyina casolana Amanida d'enciam i blat de moro  Fruita	18	Cigrons amb verdures Abadejo amb patata  Fruita ecològica	19	Arròs caldós Salmó amb salsa pomodoro Amanida d'enciam  logurt
22	Llenties a la jardinera Palometa a la grega  Fruita	23	Sopa de verdures Lluç amb salsa verda Amanida de tomàquet  Fruita ecològica	24	Mongeta verda amb patata Mongeta blanca a la marinera  logurt	25	Arròs amb tomàquet Abadejo amb salsa de verdures  Fruita	26	Crema de verdures Truita de carabassó Amanida d'enciam i pastanaga  Fruita
29	Arròs amb verdures Filet de lluç a la grega  Fruita	30	Estofat de cigrons Truita de patata casolana Amanida d'enciam i blat de moro  Fruita						

**VISITA LA NOSTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES)**

MES: **ABRIL 2024**

MENÚ: **No tomàquet ni fruits secs**

Dilluns		Dimarts		Dimecres		Dijous		Divendres	
1	<b>DILLUNS DE PASQUA</b>	2	Crema de bròcoli Truita de pernil dolç Amanida d'enciam i pastanaga  Fruita	3	Arròs amb verdures Abadejo amb patata Amanida d'enciam  logurt	4	Sopa minestrone Hamburguesa mixta al forn Amanida d'enciam i blat de moro  Fruita	5	Crema de carabassó Carn magra amb salsa agredolça  Fruita
8	Arròs al vapor Filet de lluç amb salsa verda  Fruita	9	Tricolor de verdura Mongeta blanca a la marinera  Fruita	10	Crema de carabassó Cuixa de pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga  Fruita ecològica	11	Macarrons bullits Mandonguilles de lluç i pota al forn Amanida d'enciam i blat de moro  logurt	12	Cigrons amb bledes Truita de patata casolana Amanida d'enciam  Fruita
15	Crema de pastanaga Pernilets de pollastre amb salsa de xampinyons Amanida d'enciam  Fruita	16	Sopa de verdures Abadejo al forn  Fruita	17	Espaguetis bullits Truita de tonyina casolana Amanida d'enciam i blat de moro  Fruita	18	Cigrons amb verdures Estofat de gall dindi  Fruita ecològica	19	Arròs bullit Truita de patata casolana Amanida d'enciam  logurt
22	Arròs bullit Palometa al forn  Fruita	23	Sopa d'au amb pasta Pit de pollastre a la milanesa Amanida d'enciam  Fruita ecològica	24	Mongeta verda amb patata Olla barrejada  logurt	25	Arròs al vapor Abadejo amb salsa de verdures  Fruita	26	Crema de verdures Truita de carabassó Amanida d'enciam i pastanaga  Fruita
29	Arròs amb verdures Filet de lluç a la grega  Fruita	30	Estofat de cigrons Truita de patata casolana Amanida d'enciam i blat de moro  Fruita						

**VISITA LA NOSTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES)**

MES: **ABRIL 2024**

MENÚ: **HIPOCALÒRICA**

Dilluns		Dimarts		Dimecres		Dijous		Divendres	
1	<b>DILLUNS DE PASQUA</b>	2	Crema de bròcoli Truita de pernil dolç Amanida d'enciam i pastanaga  Fruita	3	Arròs amb verdures Abadejo amb patata Amanida d'enciam i tomàquet  logurt desnatat	4	Sopa minestrone Hamburguesa mixta al forn Amanida d'enciam i blat de moro  Fruita	5	Crema de carabassó Truita de formatge casolana  Fruita
8	Arròs al vapor Filet de lluç al forn  Fruita	9	Tricolor de verdura Pit de pollastre a la planxa  Fruita	10	Crema de carabassó Cuixa de pollastre al forn Amanida d'enciam i pastanaga  Fruita ecològica	11	Macarrons bullits Pit de pollastre a la planxa Amanida d'enciam i blat de moro  logurt desnatat	12	Cigrons amb bledes Truita a la francesa Amanida d'enciam i tomàquet  Fruita
15	Crema de pastanaga Pernilets de pollastre al forn Amanida de tomàquet  Fruita	16	Sopa de verdures Abadejo al forn  Fruita	17	Espaguetis bullits Truita a la francesa Amanida d'enciam i blat de moro  Fruita	18	Cigrons amb verdures Abadejo al forn  Fruita ecològica	19	Arròs caldós Truita de patata casolana Amanida d'enciam  logurt desnatat
22	Arròs bullit Truita de formatge casolana  Fruita	23	Sopa d'au amb pasta Cuixa de pollastre amb patata Amanida de tomàquet  Fruita ecològica	24	Mongeta verda amb patata Truita a la francesa  logurt desnatat	25	Arròs amb tomàquet Abadejo al forn  Fruita	26	Crema de verdures Truita de carabassó Amanida d'enciam i pastanaga  Fruita
29	Arròs amb verdures Pit de pollastre a la llimona  Fruita	30	Crema de pastanaga Truita de patata casolana Amanida d'enciam i blat de moro  Fruita						