



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 Llenties guisades amb hortalisses H. de verdures amb enciam i olives Fruita de temporada	2 Ensaladilla Russa tèbia truita de carbassó amb barreja d'enciams Fruita de temporada	3 Sopa de verdures amb pasta i grapat de cigrons Filet de lluç amb enciam i pastanaga ratllada fruita de temporada
6 Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro, olives) Raves de calamars amb enciam logurt de granja	7 Cigrons guisats amb hortalisses Hamburguesa de verdures amb salsa de tomaquet Fruita de temporada	8 Escudella barrejada amb pasta empanadetes de tonyina amb enciam i daus tomàquet Fruita de temporada	9 Bledes saltades amb all amb daus de patates Filet de llenguadina arrebossat amb barreja d'enciams Fruita de temporada	10 Mongetes pintes guisades Truita francesa amb formatge amb enciam i olives Fruita de temporada
13 Crema de Carbassó hamburguesa de verdures amb enciam logurt de granja	14 ENS HO MENGEM TOT Espaguetis amb tomàquet i formatge Filet de lluç planxa amb enciam i olives Fruita de temporada	15 Llenties guisades amb verdures croquetes d'espínacs amb enciam i daus tomàquet Fruita de temporada Espirals integrals amb fines herbes Filet de llenguadina arrebossat casolà amb barreja d'enciam Fruita de temporada Bròquil amb pastanaga i patata hamburguesa de verdures la planxa amb enciam i olives Fruita de temporada	16 Brou casolà amb llegum Truita de carbassó i patata amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	17 FESTA
20 Ensaladilla tèbia * lactonesa opcional Llenties guisades amb sofregit de verdures logurt de granja Crema de carbassa amb rostes Espirals amb vegetals amb formatge rallat logurt de granja	21 Paella de verdures de l'hort ou durs amb enciam i olives Fruita de temporada 28 Fesolets guisats amb verdures Filet de lluç planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	22 29	23 Brou de verdures amb pasta h. de verdures amb enciam Fruita de temporada 30 Sopa de peix amb pasta empanadetes de tonyina amb barreja d'enciams Fruita de temporada	24 Mongetes seques guisades Truita de patates amb enciam i tomàquet i brots d'espínacs Fruita de temporada 31 MENÚ TRIAT PER 6E Arròs blanc amb tomàquet raves de calamars amb amanida. Flam



DIA 14 DE MARÇ
ENS HO MENGEM TOT
Filet de lluç aliment protagonista

La fruita és de proximitat i ecològica serà poma, mandarina, pera, taronja.
Serà ecològic: pastes, llegums, arròs i verdures..

logurt de granja sense sucre km 0

22 de març
Dia internacional de l'aigua

Menú validat per Dietistes
Nutricionistes co-legiades: CAT
Nº0681