



Dilluns

29 Maig

Crema de verdures de temporada
amb rostres de pa al forn
Arròs a la cassola amb au
Fruita de temporada

i per sopar...
Sopa de meravella
Llenguado a la planxa amb
pebrot escalivat
Fruita natural de temporada

Dimarts

30 Maig

Espaguetis integrals amb salsa
de formatges
Peix fresc de Mercat
Enciams variats amanits amb
raves i tomàquet verd
Fruita de temporada

i per sopar...
Arròs amb verdures
Hamburguesa vegetal
Mel i mató

Dimecres

31 Maig

Verdura de temporada i patata
Croquetes de cigró casolanes
Enciams variats amanits amb
cogombre i olives negres
Fruita de temporada

i per sopar...
Crema de pastanaga
Remenat d'ou i porro
Fruita natural de temporada

Dijous

1

Amanida de lleties, enciams
variats, pastanaga ratllada i
olives
Truita a la francesa
Rodanxetes de tomàquet i olives
negres amanides amb oli d'oliva i
orenga
Fruita de temporada

i per sopar...
Sípia a la planxa i patata al caliu
Carbassó a la planxa
Fruita natural de temporada

Divendres

2

Croquetes de pollastre
Entrepanet de salsitxes
amb assortit de salses
Patates rosses
Gelats de gel sabor

i per sopar...
Trinxat de col
Rodanxa de formatge fresc
Fruita natural de temporada

5

Macarrons a la napolitana amb
formatge ratllat
Truita de verdures
Enciams variats amanits amb
tomàquet vermell i pastanaga
logurt natural

i per sopar...
Bledes amb patata
Pinxos de rap i pinya
Fruita natural de temporada

6

Arròs amb verdures
Peix fresc de Mercat
Enciams variats amanits amb col
llombarda i api
Fruita de temporada

i per sopar...
Purè de patates, carn picada,
ceba, carbassó i salsa de
tomàquet
Fruita natural de temporada

7

Mongeta tendra amb patata
Cruixents de pollastre arrebossat
casolans
Enciams variats amanits amb
cogombre i olives negres
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida amb fruita seca i
formatge
Sopa amb cigronets i meravella
Fruita natural de temporada

8

Crema de verdures de
temporada
amb rostres de pa al forn
Lleties estofades amb patates
Fruita de temporada

i per sopar...
Llobarro al forn amb moniato,
ceba, tomàquet i pastanaga
Fruita natural de temporada

9

Mongetes seques saltades amb
all i julivert
Hamburguesa de vedella a la
planxa
Enciams variats amanits amb
pastanaga i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida de tomàquet
Truita de patates
Fruita natural de temporada

12

Pèsols i patata (amb maionesa
opcional)
Pollastre rostit amb verdures i
herbes aromàtiques
Fruita de temporada

i per sopar...
Mini pizzas d'albergínia i
mozzarella
Broquetes de rap, gamba,
carbassó i tomàquet
logurt amb anacards

13

Sopa d'au amb arròs
Peix fresc de Mercat
Enciams variats amanits amb
cogombre i olives negres
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida de quinoa, pastanaga,
blat de moro, alvocat, xerri i
olives negres
logurt amb ametlles

14

Crema de verdures de
temporada
amb rostres de pa al forn
Lasanya amb bolonyesa vegetal
Fruita de temporada

i per sopar...
Quinoa amb verdures i fruita
seca
Formatge
Fruita natural de temporada

15

Hummus de cigrons amb
temporada
bastonets de pastanaga i pa
torrat
Truita de patata i ceba
Enciams variats amanits amb
cogombre i pastanaga
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida de tomàquet i olives
Orada al forn amb carbassó i
patata al caliu
Fruita natural de temporada

16

Verdura de temporada i patata
Filet de gall dindi arrebossat
Enciams variats amanits amb col
llombarda i blat de moro
logurt natural

i per sopar...
Truita amb formatge
Llesca de pa amb tomàquet
Verdures al vapor
Fruita natural de temporada

19

Amanida juliana de colors
Cassoleta de cigrons al curri
amb patates
Fruita de temporada

i per sopar...
"Gazpacho"
Croquetes casolanes
Patata al caliu
Fruita natural de temporada

20

Lleties estofades amb patates
Peix fresc de Mercat
Enciams variats amanits amb
cogombre i pastanaga
Fruita de temporada

i per sopar...
Crema de verdures de
temporada
Falafel al forn
Fruita natural de temporada

21

Arròs integral amb salsa de
tomàquet
Truita de carbassó i ceba
Enciams variats amanits amb
pastanaga i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Pastís de patata, verdures i carn
gratinat
Alvocat i tomàquet amanit
Fruita natural de temporada

22

Espirals bullits amb oli d'oliva
amb els ingredients per
l'amanida
Cuixa de pollastre a la planxa
amb maionesa
amb salseta de tomàquet
casolana
Patates xips
Gelats de gel sabor

i per sopar...
Sopa barrejada (verdures i carn
del caldo amb pistons)
Fruita de temporada

23

Peix fresc de mercat: No podem especificar el tipus de peix ni el seu mode de cocció perquè dependrà de la pesca, el temps i el mar. Sabem que serà peix de platja i sabem que seran lluç, mare de lluç, bacallanet, sorell, bròtola, llenguadina, mòllera, truita de riu, salmó, orada, verat, moixina i seitó. Cada peix serà pescat en la seva temporada i les coccions seran diverses i les determinarà el tipus de peix. Els cuinarem a l'andalusa, a la romana, enfarinat, arrebossat, a la planxa, al forn amb verdures, al forn amb ceba, tomàquet i patates, amb salsa de tomàquet o salsa verda, amb salsa d'anet i també farem suquet amb patates