

Menú escolar **Abril - 2024**

Tenim a disposició de les famílies la informació sobre al·lèrgens

**Dilluns****1****Dimarts****2****Dimecres****3****Dijous****4****Divendres****5**

Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Calamars a la romana  
Fulles d'enciams variats amb cogombre, pastanaga ratllada i olivetes negres  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Col amb patata  
Ous durs amb salsa de tomàquet  
Fruita natural de temporada

Llenties estofades amb patates  
Filet de lluç amb ceba, all i llorer al forn  
Fulles d'enciams variats amb dauets de pebrot vermell i blat de moro  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Amanida de tomàquet, nous i olives  
Porc amb salsa de formatge  
Fruita natural de temporada

Crema de carbassó amb rostes de pa al forn  
Pollastre al forn amb ceba  
Patates a grills al forn amb espècies  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Cuscús amb hortalisses i fruita seca esmicolada  
Fruita natural de temporada

Tallarines camperes amb formatge ratllat  
Fruita de patata i ceba  
Pastanaga ratllada, blat de moro, trossets de nous i fulles d'enciams romana  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Sopa de verdures amb pistons  
Sardines fresques al forn  
Llesca de pa amb tomàquet  
Fruita natural de temporada

**8**

Pèsols guisats amb patates  
Fruita de formatge  
Rodanxetes de tomàquet madur, amb olives negres, formatge fresc, oli i orenga amb fulles d'enciam meravella  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Amanida verda d'hortalisses  
Llobarro al forn amb moniato, ceba, tomàquet i pastanaga  
Fruita natural de temporada

**9**

Espaguetis a la napolitana amb formatge ratllat  
Peix fresc de Mercat  
Fulles d'enciams variats amb dauets de pebrot vermell i blat de moro  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Llenties amb verdures  
Filet de gall dindi a la planxa amb compota de poma i canyella  
Fruita natural de temporada

**10**

Crema de carbassa amb rostes de pa al forn  
Estofat de pollastre amb guarnició d'arròs blanc  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Amanida de quinoa, pastanaga, blat de moro, alvocat, xerri i olives negres  
Fruita natural de temporada

**11**

Escudella barrejada (fideus, cigrons i mongetes seques)  
Carn d'olla (pollastre, piloteta i verdura bullida)  
Fruita de temporada

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

**12**

Arròs xinès  
Filet de gall dindi arrebossat  
Fulles d'enciams variats amb cogombre, pastanaga ratllada i olivetes negres  
logurt natural

i per sopar...  
Saltat de verdura i patata de temporada  
Seitons al forn amb all i julivert  
Fruita natural de temporada

**15**

Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat  
Fruita a la francesa  
Rodanxetes de tomàquet, olives verdes i cogombre amanides amb oli d'oliva i orenga  
logurt natural

i per sopar...  
Crema de carbassa amb rostes cruixents  
Bistec de vedella a la planxa  
Guacamole amb torradeta de pa  
Fruita natural de temporada

**16**

Arròs amb verdures  
Peix fresc de Mercat  
Fulles d'enciams variats amb dauets de pebrot vermell i blat de moro  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Sopa d'au amb meravella  
Peix fresc de Mercat  
Fulles d'enciams variats amb dauets de pebrot vermell i blat de moro  
Fruita de temporada

**17**

Cigrons bullits amb oli d'oliva  
Croquetes d'espínacs  
Pastanaga ratllada, blat de moro, trossets de nous i fulles d'enciams romana  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Cigrons bullits amb oli d'oliva  
Croquetes d'espínacs  
Pastanaga ratllada, blat de moro, trossets de nous i fulles d'enciams romana  
Fruita de temporada

**18**

Bròquil amb patata  
Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Amanida variada  
Orada al forn amb moniato  
Fruita natural de temporada

**19**

Mongetes seques estofades amb pastanagues  
Hamburguesa de vedella a la planxa amb salsa de xampinyons  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Crema de pastanaga  
Remenat d'ous amb salsa de tomàquet  
Fruita natural de temporada

**22**

Crema de pastanaga amb rostes de pa al forn  
Lasanya amb bolonyesa vegetal  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Sopa casolana de pistons  
Seitons arrebossats  
Amanida verda d'enciams variats i vegetals  
Fruita natural de temporada

**23**

Risotto de formatges  
Peix fresc de Mercat  
Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Purè de bròquil i pastanaga  
Falafel al forn  
Xips de xirivía i pastanaga  
Fruita natural de temporada

**24**

Pèsols i patata (amb maionesa opcional)  
Cuixa de pollastre a la planxa  
Rodanxetes de tomàquet madur, amb olives verdes, cogombre amb fulles d'enciam romana i vinagreta de iogurt grec, oli, menta i orenga  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Cuscús amb verdures i ametlles  
Alvocat i tomàquet amanit  
Fruita natural de temporada

**25**

Llenties estofades  
Fruita de verdures  
Pastanaga ratllada, blat de moro, trossets de nous i fulles d'enciams romana  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Amanida d'arròs completa  
Sonsos arrebossats  
Fruita natural de temporada

**26**

Sopa de lletres  
Llibres de porc farcits de pernil cuit i formatge  
Fulles d'enciams variats amb dauets de pebrot vermell i blat de moro  
Pastís de Sant Jordi

i per sopar...  
Coliflor gratinada  
Fruita de patata i ceba  
logurt natural amb síndria

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, sored, 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