



Els nostres menús s'elaboren amb:

*Verdures i fruites de temporada, ecològiques i de proximitat de La Piotxa i Can Pere.*

*Llegums, arròs i pasta ecològics e integrals. Carns i aus de proximitat. Peix fresc del Mediterrani i Cantàbric.*

*Pa acabat de fer i salses pròpies. Formatge Fresc de Can Pere i iogurt de la Fageda.*

# MENÚ ABRIL 2021

	<b>Dm. 6</b> <b>LLENTIES AMB GAMBETES</b>  CALAMARS ANDALUSSA  <i>AMANIDA</i> <b>FRUITA</b>	<b>Dc. 7</b> <b>PATATA I VERDURA</b>  ALETES DE POLL. ADOBADES  <i>AMANIDA</i> <b>IOGURT</b>	<b>Dj. 8</b> <b>AMANIDA D'ARRÒS</b>  MANDONGUILLES AMB SALSA DE MENTA  <b>FRUITA</b>	<b>Dv. 9</b> <b>MACARRONS NAPOLITANA</b>  TRUITA DE PATATA I AMANIDA  <i>AMANIDA</i> <b>FRUITA</b>
<b>Dil. 12</b>  <b>PATATA I VERDURA</b>  CANELONS DE CARN  <i>AMANIDA</i> <b>IOGURT</b>	<b>Dm. 13</b>  <b>ENSALADILLA RUSSA</b>  POLLASTRE AL FORN  <i>AMANIDA</i> <b>FRUITA</b>	<b>Dc. 14</b>  <b>MONGETA BLANCA AMB ROSELLONES</b>  OUS BULLITS AMB SALSA DE TOMÀQUET  <i>AMANIDA</i> <b>FRUITA</b>	<b>Dj. 15</b>  <b>ARRÒS AMB VERDURES</b>  SUQUET DE PEIX FRESC  <i>AMANIDA</i> <b>FRUITA</b>	<b>Dv. 16</b>  <b>SOPA DE BROU</b>  PASTIS DE PATATA GRATINAT  <b>FRUITA</b>
<b>Dil. 19</b>  <b>AMANIDA ALEMANYA</b>  FIDEUÀ DE SÍPIA  <b>FRUITA</b>	<b>Dm. 20</b>  <b>ARRÒS AMB TOMÀQUET</b>  PEIX FRESC AMB FREGINADA D'ALLS  <i>AMANIDA</i> <b>FRUITA</b>	<b>Dc. 21</b>  <b>LLENTIES ESTOFADES</b>  TRUITA DE PATATA  <i>AMANIDA</i> <b>FRUITA</b>	<b>Dj. 22</b>  <b>ESPAGUETTIS AMB SALSA DE SOJA</b>  POLLASTRE AL FORN (aletes)  <i>PATATES ROSSES</i> <b>FRUITA</b>	<b>Dv. 19</b>  <b>CREMA DE VERDURES</b>  VEDELLA ESTOFADA AL CURRY  <i>AMANIDA</i> <b>IOGURT</b>
<b>Dil. 26</b>  <b>FESOLS SALTATS AMB ALL I JULIVERT</b>  SALSITJES AMB SALSA DE TOMÀQUET  <i>AMANIDA</i> <b>FRUITA</b>	<b>Dm. 27</b>  <b>ESPIRALS AMB TONYINA</b>  OUS REMANATS AMB PERNIL  <i>AMANIDA</i> <b>FRUITA</b>	<b>Dc. 28</b>  <b>PATATA I VERDURA</b>  PEIX FRESC AMB VINAGRETA MEDITERRÀNEA  <b>IOGURT</b>	<b>Dj. 29</b>  <b>VICHYSOICE</b>  ARRÒS MARINERA  <b>FRUITA</b>	<b>Dv. 30</b>  <b>AMANIDA DE LLEGUMS</b>  CROQUETES DE POLLASTRE  <i>AMANIDA</i> <b>FRUITA</b>



Voleu veure quins plats tan bons fem per als vostres fills?  
Seguiu-nos a les nostres xarxes socials "La Cuina de Jocs i Taula"

Elaborat per la nostra dietista  
Irene Rosa, Col·legiada nº 485



## SOPARS D'ABRIL 2021

### CONSELL DIETÈTIC:

**Per a complementar el menú escolar, aquest són els sopars que us proposa la nostra dietista.**

	<b>Dm. 6</b> Arròs/Verdura Vedella Fruita	<b>Dc. 7</b> Pasta/Amanida Peix blau Fruita	<b>Dj. 8</b> Verdura/Llegúm Ou Làctic	<b>Dv. 9</b> Quinoa/Verdures Pollastre Fruita
<b>Dil. 12</b> Arròs/Amanida Peix blau Fruita	<b>Dm. 12</b> Verdura/Llegúm Ou Fruita	<b>Dc. 14</b> Pasta/Amanida Pollastre Fruita	<b>Dj. 15</b> Patata/Verdura Conill Fruita	<b>Dv. 16</b> Llegúm/Verdura Peix Làctic
<b>Dil. 19</b> Llegúm/Amanida Peix Fruita	<b>Dm. 20</b> Pasta/Verdura Pollastre Làctic	<b>Dc. 21</b> Patata/Amanida Porc Fruita	<b>Dj. 22</b> Arròs/Verdura Galld'Indi Fruita	<b>Dv. 23</b> Verdura/Llegúm Ou Fruita
<b>Dil. 26</b> Arròs/Amanida Peix Fruita	<b>Dm. 27</b> Quinoa/Verdures Pollastre Fruita	<b>Dc. 28</b> Llegúm/Amanida Vedella Fruita	<b>Dj. 29</b> Pasta/Amanida Peix Fruita	<b>Dv. 30</b> Patata/Verdura Ou Làctic

Elaborat per la nostra dietista: **Irene Rosa, Col·legiada n° 485**



**Voleu veure quins plats tan bons fem per als vostres fills?  
Seguiu-nos a les nostres xarxes socials "La Cuina de Jocs i Taula"**

### Les fruites i verdures del mes, en funció de la producció dels nostres pagessos col.laboradors serán:

TARONJA, POMA, PERA, MANDARINA, MADUIXES: ECOLÒGIQUES I DE PROXIMITAT I PLÀTAN DE CANARIES.

BLEDES, ESPINACS, MONGETA TENDRA, HERBES CALDÓ, CALÇOTS, COL I AMANIDES: ECOLÒGIQUES I DE PROXIMITAT.

CERALS I LLEGUMS ECOLÒGICS I PASTA INTEGRAL/ECOLÒGICA, TOT DE PROXIMITAT.