

MENJADOR ESCOLA D'OLVAN

MENU DE ABRIL

CURS 2023-2024



DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
FESTIU	Arròs amb orenga. Salsitxa de pollastre amb tomàquet amanit. Fruita de temporada.	Escudella amb sèmola de blat de moro. Peix del dia amb enciam amanit. Fruita de temporada.	Crema de verdures amb pipes. Cigrons sortint de l'olla amb pastanaga ratllada amanida. Iogurt natural.	Llenties amb pastanaga. Trita d'espínacs amb tomàquet amanit i blat de moro. Fruita de temporada.
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
Crema de verdures Cigrons amb picada de tomàquet, all i julivert. Iogurt natural.	Blat forment amb bròquil. Peix del dia amb tomàquet amanit i blat de moro. Fruita de temporada.	TROBADA AMB MONTMAJOR	Patata, mongeta i pastanaga amb maionesa. Trita d'espínacs amb tomàquet amanit i olives. Fruita de temporada.	Pèsols amb pastanaga i salsa de soja Macarrons amb sofregit de tomàquet, ceba, pastanaga i ametlles. Fruita de temporada
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
Cigrons amb picada de tomàquet, all i julivert. Daus de gall d'indi saltats amb enciam amanit i blat de moro. Fruita de temporada.	Blat de moro escairat Pit de pollastre amb tomàquet amanit i olives. Fruita de temporada.	Escudella amb sèmola de blat de moro. Peix del dia amb enciam amanit. Fruita de temporada.	Crema de verdures. Macarrons amb sofregit de tomàquet, ceba, pastanaga i ametlles. Fruita de temporada	Llenties amb pastanaga. Trita de patates i ceba amb enciam amanit. Iogurt natural.
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
Mongetes seques amb picada de tomàquet, all i julivert.. Trita d'espínacs amb pastanaga amanida i olives. Fruita de temporada.	Sopa de verdures amb sèmola de blat de moro. Cigrons sortint de l'olla. Iogurt natural.	Arròs amb orenga i pastanaga. Peix del dia amb enciam amanit i blat de moro Fruita de temporada.	Crema de verdures amb pipes. Macarrons amb sofregit de tomàquet, ceba, pastanaga i ametlles. Fruita de temporada.	Patata, mongeta i pastanaga. Cuixeta de pollastre a la planxa amb enciam amanit. Fruita de temporada.
DILLUNS 29	DIMARTS 30			
Arròs amb orenga. Hamburguesa de vedella amb tomàquet amanit i olives. Fruita de temporada.	Escudella amb sèmola de blat de moro. Peix del dia amb enciam amanit. Fruita de temporada.			



MENU DE ABRIL

- En els àpats s'inclou: pa integral i aigua . Fruita: pera, poma, préssec, mandarina, plàtan, taronja, maduixes, prunes, cireres síndria, meló...
- Variació d'amanida: enciam i tomàquet, pastanaga ratllada i tomàquet, enciam i pastanaga ratllada, enciam i tomàquet amb olives, pastanaga ratllada amb olives. Blat de moro, olives, remolatxa rallada, poma,...
- El sofregit: Ceba, all i tomàquet, ceba, all, pastanaga i tomàquet, ceba, all, pastanaga, carbassó, pebrot i tomàquet.
- La carn de xai és d'Olván.
- La vedella és de ramats de la nostra comarca el Berguedà.
- Menú revisat per una Dietista-Nutricionista Colegiada Eva Nuñez Marmol CAT443