



23 D'ABRIL

**Feliç Sant Jordi
i el Dia del LLibre**

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
FESTIU	Arròs del Delta de l'Ebre amb salsa de tomàquet Croquetes pernil amb col llombarda i api ratllat Fruita de temporada / Pa Energia: 651,2 Kcal	Mongeta tendra amb patata Contraeixua de pollastre a la planxa amb amanida variada Fruita de temporada / Pa Energia: 438,4 Kcal	Cigrons amb sofregit Truita d'espàrrecs amb enciam llarg, raves i pastanaga Fruita de temporada / Pa Energia: 576,8 Kcal	Fideus a la cassola Halibut al forn amb llit de carbassó Fruita de temporada / Pa Energia: 572,4 Kcal
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
Llenties estofades Remenat d'ou i patata amb tomàquet amanit Fruita de temporada / Pa Energia: 578,1 Kcal	Espaguetis al pesto Seitons del Maresme arrebossats al forn amb pastanaga i cogombre Fruita de temporada / Pa Energia: 686,5 Kcal	Sopa d'arròs del Delta de l'Ebre Magra de porc al forn amb enciam meravella, olives i remolatxa Iogurt natural del Montseny / Pa Energia: 497,1 Kcal	Cigrons saltats amb verdures Filet de lluç de temporada al forn amb juliana de ceba i pastanaga Fruita de temporada / Pa Energia: 538,6 Kcal	Crema de pastanaga Pernilets de pollastre al forn amb prunes i poma Fruita de temporada / Pa Energia: 554 Kcal
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
Sopa d'au amb pasta Mandonguilles de vedella amb pastanaga i pèsols Fruita de temporada / Pa Energia: 532,9 Kcal	Amanida russa Verat al forn amb remolatxa i blat de moro Fruita de temporada / Pa Energia: 586,1 Kcal	Vichyssoise Pizza casolana de pernil i formatge amb amanida Fruita de temporada / Pa Energia: 625,1 Kcal	Mongetes seques estofades Pollastre arrebossat amb enciam i olives Fruita de temporada / Pa Energia: 637,2 Kcal	Arròs del Delta de l'Ebre saltat amb carxofes Truita de carbassó del Prat de Llobregat amb daus de tomàquet i cogombre Iogurt natural del Montseny / Pa Energia: 605,3 Kcal
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
Coliflor gratinada amb patata Lluç al forn amb amanida tres colors Fruita de temporada / Pa Energia: 522,6 Kcal	Arròs del Delta de l'Ebre amb salsa de tomàquet Aletes de pollastre adobades amb cogombre i olives Pastís de Sant Jordi / Pa Energia: 597 Kcal	Llenties saltades amb verdures Remenat d'ou i albergínia amb blat de moro i tomàquet amanit Fruita de temporada / Pa Energia: 529,2 Kcal	Crema de pèsols Paella mixta Fruita de temporada / Pa Energia: 647,2 Kcal	Amanida de pasta Hamburguesa de vedella amb pastanaga, remolatxa i pipes Fruita de temporada / Pa Energia: 673,2 Kcal
DILLUNS 29	DIMARTS 30			
Llacets amb verdures Truita paisana amb tomàquet amanit Fruita de temporada / Pa Energia: 520,8 Kcal	Trinxat de col i patata Rodó de gall dindi al forn amb salsa de verdures Fruita de temporada / Pa Energia: 509,8 Kcal			

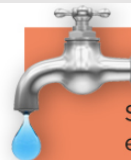


- Fruita de temporada.
- Pa blanc i integral.



Tots els plats estan amanits amb oli d'oliva verge extra.

Es poden consultar els al·lèrgens amb el personal.



Alerta per sequia!

Sabíeu que per a produir 1 kg de llegums es necessiten 1.250 l d'aigua, mentre que per produir 1 kg de vedella se'n necessiten 13.000?

Sabíeu que els llegums també es poden menjar de segon plat perquè contenen un gran nombre de proteïnes? Són els perfectes substituïts de la carn.



Menú revisat per Dietistes-Nutricionistes col·legiades (núm. CAT002308).