



DILLUNS

2

Trinxat de verdures
(patata i col)
Llenties estofades amb
arròs
Fruita del temps i **pa
integral**

9

Cigrons amb samfaina
(tomàquet, ceba, pebrots i
albergínia)
Truita francesa amb
pernil dolç i amanida
(enciam, pastanaga i olives)
Fruita del temps

16

Macarrons al pesto
(formatge, oli i alfàbrega)
Truita de carbassó amb
amanida (enciam, tomàquet i
olives)
Fruita del temps i **pa
integral**

23

Crema de carbassó amb
crostons
Llacets a la bolonyesa
vegetal (salsa de tomàquet, ceba
i soja texturitzada)
Fruita del temps i **pa
integral**

DIMARTS

3

Espaguetis integrals amb
salsa de tomàquet
Truita francesa amb
amanida (enciam, pastanaga i
blat de moro)
Fruita del temps

10

(*) Sopa de verdures
casolana amb fideus
Llom de porc al forn amb
patates fregides
Fruita del temps i **pa
integral**

17

Patates estofades amb
hortalisses (porros i pebrots)
(*) Cap de llom a l'allet
amb amanida (enciam, olives
i pastanaga)
Fruita del temps

24

Minestra de verdures
(mongeta verda, coliflor, bròquil i
pastanaga)
Estofat de vedella amb
arròs pilaf
Fruita del temps i **pa
integral**

DIMECRES

4

Purè de carbassa amb
crostons
Pollastre arrebossat amb
amanida (enciam, blat de moro i
olives)
Fruita del temps i **pa
integral**

11

Arròs 3 delícies
(*) Daus de gall dindi
saltats amb amanida
(enciam, tomàquet i olives)
Fruita del temps i **pa
integral**

18

Crema de verdures (porros,
patata i pastanaga)
Llenties estofades amb
cuscús
Fruita del temps i **pa
integral**

25

(*) Sopa vegetal casolana
amb pasta
Truita de patata amb
amanida (enciam, blat de moro i
olives)
Fruita del temps

DIJOUS

5

Cigrons estofats amb
espinacs
Cap de llom al forn amb
salsa de xampinyons
Fruita del temps i **pa
integral**

12

Patates gratinades amb
beixamel i formatge
Cuixa de pollastre al forn
amb amanida (enciam, blat
de moro i olives)
Fruita del temps i **pa
integral**

19

LLENGÜES jornada
DEL MÓN MEXICÀ
Arròs mexicà (tomàquet,
ceba, pastanaga i pèsols)
Quesadilla de pollastre
i formatge amb natxos
Pastís de dolç de llet

26

Mongetes blanques
estofades amb verdures
(carbassa i ceba)
Contra cuixa de pollastre
al forn amb amanida
(enciam, olives i pastanaga)
Fruita del temps i **pa
integral**

DIVENDRES

6

(*) Paella vegetal amb
brou casolà (carxofes,
pèsols i pebrots)
(*) Remenat d'ou amb
amanida (enciam, tomàquet
i olives)
**logurt natural sostenible
sense sucre**

13

Mongeta verda amb patata
Hamburguesa coliflor a la
planxa amb tomàquet al
forn
**logurt natural sostenible
sense sucre**

20

Cigrons guisats amb
hortalisses (carbassa i pebrots
vermells)
Mandonguilles mixtes amb
tomàquet i amanida
(enciam, pastanaga i blat de
moro)
Fruita del temps i **pa
integral**

27

Arròs integral amb
tomàquet
(*) Remenat d'ou amb
amanida (enciam,
tomàquet i olives)
Ou de pasqua

PRIMAVERA DE
SUPERPODERS !

La primavera arriba
amb colors màgics!
Maduixes que et fan
córrer com el vent,
cireres pilotes d'energia,
espinacs que et converteixen
en heroi!
Cada mossegada: una missió!
Bon profit,
arquitectes de la salut!

Hola,
sóc CAROTET!
Arriba la primavera:
juguem,
mengem sa i
somriem
amb energia.



**Bons
Hàbits!** Descansa bé
dormint prou hores,
perquè el son reparador recarrega
energies i millora l'aprenentatge.

EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA I
AIGUA

Els menús són cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

Menús supervisats per
Dietista-Nutricionista
Col·legiada n°CAT002423

Handwritten signature