

MENÚ MAIG 2026

FUNDACIÓ
PERE TARRÉS

BASAL

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

					1
					FESTIU
4 Amanida de cigrons Truita de formatge amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	5 Macarrons integrals a la norma Lluç arrebossat amb amanida Fruita de temporada	6 Trinxat de col i patata Pollastre al forn amb amanida Fruita de temporada	7 Amanida d'arròs Llenties amb verdures Iogurt natural	8 Crema de pastanaga Estofat de vedella amb xampinyons Fruita de temporada	
11 Amanida d'espirls Salsitxes amb samfaina Fruita de temporada	12 Crema de pèsols Truita de patata amb tomàquet amanit Fruita de temporada	13 Arròs integral amb tomàquet Llenguadina a la romana amb amanida Fruita de temporada	14 Mongeta tendra amb patata Daus de gall dindi adobats amb amanida Iogurt natural	15 Amanida caprese Mongetes blanques guisades Fruita de temporada	
18 Arròs amb verdures Truita a la francesa amb enciam i olives Fruita de temporada	19 Amanida de patata Llom rostit amb verdures Fruita de temporada	20 Amanida de llenties Pollastre al forn amb xips Fruita de temporada	21 Amanida russa Hamburguesa vegetal al forn amb amanida Iogurt natural	22 Espaguetis integrals al pesto Lluç al forn amb amanida Fruita de temporada	
25 FESTIU	26 Amanida verda amb formatge fresc Macarrons integrals amb salsa bolonyesa vegetal casolana Fruita de temporada	27 Amanida d'arròs Fogoner arrebossat amb enciam, cogombre i blat de moro Fruita de temporada	28 Cuscús amb verdures Truita de pernil dolç amb amanida Fruita de temporada	29 Empedrat de cigrons Pernilets de pollastre a la planxa amb amanida Fruita de temporada	

S'utilitzarà oli d'oliva verge per amanir i sal iodada per cuinar. S'oferirà un mínim de 2 cops/setmana pa integral. S'oferirà fruita de temporada: poma, pera, plàtan, meló...

El cogombre és una verdura estrella del menú de temporada de maig: fresc, lleuger i molt hidratant. Amb un alt contingut en aigua, aporta vitamina C i ajuda a mantenir-nos refrescats amb l'arribada de la calor. És perfecte per amanides o plats lleugers, donant un toc cruixent i agradable. Sens dubte, és un imprescindible per gaudir d'una cuina senzilla, de temporada i sana per cuidar la salut.