

Menú Basal

dilluns 1



Festa



dimarts 2



Estofat de lleties

Trita de patata amb
amanida

Fruita de temporada

dimecres 3

Vichyssoa

Macarrons amb tonyina i
tomàquet

Fruita de temporada

dijous 4

Sopa de pasta petita

Daus de gall d'indi amb
amanida

logurt natural

divendres 5

Arròs amb xampinyons

Peix arrebossat
amb amanida

Fruita de temporada

dilluns 8

**Crema de verdures de
temporada**

Daus de vedella al forn
Amb amanida

Fruita de temporada

dimarts 9

Sopa de pollastre amb cigrons

Peix al forn amb amanida

logurt natural

dimecres 10

Colònies

dijous 11

Colònies

divendres 12

Colònies

dilluns 15

Crema de carbassa

Hamburguesa d'au amanida
amb blat de moro

Fruita de temporada

dimarts 16

Mongeta tendra amb patata

Fideus a la cassola amb
costella de porc

Fruita de temporada

dimecres 17

**Lleties guisades
(sense arròs)**

Trita de patata amb amanida

Fruita de temporada

dijous 18

Arròs amb tomàquet

Peix al forn amb amanida

logurt natural

divendres 19

Sopa d'au amb pasta petita

Pollastre al forn amb amanida

Fruita de Temporada

dilluns 22



Bròquil, carbassa i patata

Estofat de vedella

Fruita de temporada

dimarts 23

Sant Jordi

Sopa de lletres

**Llibret arrebossat
amb amanida**

Postre especial



dimecres 24

Espirals salsa Carbonara

Trita de carbassó
amb amanida

Fruita de temporada

dijous 25

Crema de carbassó

Hamburguesa de vedella
amb amanida

Fruita de temporada

divendres 26

Arròs saltat amb allets

Peix al forn amb enciam de
pastanaga i poma

logurt natural

dilluns 29

**Crema de pastanaga i
mongetes seques**

Cap de lllom amb bolets

logurt natural

dimarts 31

Llacets amb crema de formatge

Trita d'espinacs amb amanida

Fruita de temporada

Espai Migdia



ABRIL

Menú Halal

dilluns 1



Festa



dimarts 2



Estofat de llenties

Trita de patata amb
amanida

Fruita de temporada

dimecres 3

Vichyssoise

Macarrons amb tonyina i
tomàquet

Fruita de temporada

dijous 4

Sopa de pasta petita

Daus de gall d'indi amb
amanida

logurt natural

divendres 5

Arròs amb xampinyons

Peix arrebossat
amb amanida

Fruita de temporada

dilluns 8

**Crema de verdures de
temporada**

Daus de vedella al forn
Amb amanida

Fruita de temporada

dimarts 9

Sopa de pollastre amb cigrons

Peix al forn amb amanida

logurt natural

dimecres 10

Colònies

dijous 11

Colònies

divendres 12

Colònies

dilluns 15

Crema de carabassa

Hamburguesa d'au amanida
amb blat de moro

Fruita de temporada

dimarts 16

Mongeta tendra amb patata

Fideus a la cassola
amb daus de gall d'indi

Fruita de temporada

dimecres 17

Llenties guisades

Trita de patata amb amanida

Fruita de temporada

dijous 18

Arròs amb tomàquet

Peix al forn amb amanida

logurt natural

divendres 19

Sopa d'au amb pasta petita

Pollastre al forn amb amanida

Fruita de Temporada

dilluns 22



Bròquil, carabassa i patata

Estofat de vedella

Fruita de temporada

dimarts 23

Sant Jordi

Sopa de lletres

**Pollastre arrebossat
amb amanida**

Postre especial



dimecres 24

**Espirals salsa Carbonara
amb tires de gall d'indi**

Trita de carbassó
amb amanida

Fruita de temporada

dijous 25

Crema de carbassó

Hamburguesa de vedella
amb amanida

Fruita de temporada

divendres 26

Arròs saltat amb allets

Peix al forn amb enciam de
pastanaga i poma

logurt natural

dilluns 29

**Crema de pastanaga i
mongetes seques**

Vedella amb bolets

logurt natural

dimarts 31

Llacets amb crema de formatge

Trita d'espinacs amb amanida

Fruita de temporada

Espai Migdia



ABRIL



Menú Halal-Sense Gluten

dilluns 1



Festa



dimarts 2

Estofat de lleties

Trita de patata amb
amanida

Fruita de temporada

dimecres 3

Vichyssoise

Macarrons s/ gluten amb
tonyina i tomàquet

Fruita de temporada

dijous 4

Sopa de pasta petita s/ gluten

Daus de gall d'indi amb
amanida

logurt natural

divendres 5

Arròs amb xampinyons

Peix arrebossat *
amb amanida

Fruita de temporada

dilluns 8

**Crema de verdures de
temporada**

Daus de vedella al forn
amb amanida

Fruita de temporada

dimarts 9

Sopa de pollastre amb cigrons

Peix al forn amb amanida

logurt natural

dimecres 10

Colònies

dijous 11

Colònies

divendres 12

Colònies

dilluns 15

Crema de carbassa

Hamburguesa d'au amanida
amb blat de moro

Fruita de temporada

dimarts 16

Mongeta tendra amb patata

Fideus s/gluten a la cassola
amb daus de gall d'indi

Fruita de temporada

dimecres 17

Lleties guisades

Trita de patata amb amanida

Fruita de temporada

dijous 18

Arròs amb tomàquet

Peix al forn amb amanida

logurt natural

divendres 19

**Sopa d'au amb pasta
petita s/ gluten**

Pollastre al forn amb amanida

Fruita de Temporada

dilluns 22

Bròquil, carbassa i patata

Estofat de vedella

Fruita de temporada

dimarts 23

Sant Jordi

Sopa de lletres

**Pollastre arrebossat*
amb amanida**

Postre especial

dimecres 24

Espirals s/gluten

**salsa Carbonara amb tires de
gall d'indi**

Trita de carbassó amb amanida

Fruita de temporada

dijous 25

Crema de carbassó

Hamburguesa de vedella
amb amanida

Fruita de temporada

divendres 26

Arròs saltat amb allets

Peix al forn amb enciam de
pastanaga i poma

logurt natural

dilluns 29

**Crema de pastanaga i
mongetes seques**

Vedella amb bolets

logurt natural

dimarts 31

Llacets s/gluten

amb crema de formatge

Trita d'espinaacs amb amanida

Fruita de temporada

Espai Migdia



ABRIL

Menú Vegeterià

dilluns 1



Festa



dimarts 2

Estofat de llenties

Trita de patata amb
amanida

Fruita de temporada

dimecres 3

Vichyssoa

Macarrons amb bolonyesa de
llenties

Fruita de temporada

dijous 4

Arròs amb xampinyons

Croquetes d'espínacs amb
amanida

logurt natural

divendres 5

Sopa vegetal de pasta petita

Trita de formatge amb
amanida

Fruita de temporada

dilluns 8

**Crema de verdures de
temporada amb llegum**

Macarrons amb pesto de bòquil

Fruita de temporada

dimarts 9

Col trinxada amb patata

Falàfel amb amanida

logurt natural

dimecres 10

Colònies

dijous 11

Colònies

divendres 12

Colònies

dilluns 15

Crema de carabassa

Hamburguesade llegum
amanida amb blat de moro

Fruita de temporada

dimarts 16

Mongeta tendra amb patata

Fideus a la cassola s/carn

Fruita de temporada

dimecres 17

Llenties guisades s/carn

Trita de patata amb amanida

Fruita de temporada

dijous 18

Sopa vegetal amb pasta petita

Mongetes seques estofades

logurt natural

divendres 19

Vichyssoa amb llegum

Arròs amb tomàquet
amb amanida

Fruita de Temporada

dilluns 22

Bròquil, carabassa i patata

Cigrons estofats amb
verdures s/carn

Fruita de temporada



dimarts 23

Sant Jordi

**Sopa de lletres vegetal
amb cigrons**

Hamburguesa de verdures amb
amanida

Postre especial

dimecres 24

Espirals salsa Carbonara s/carn

Trita de patates i ceba
amb amanida

logurt natural

dijous 25

Crema de carbassó

Espaguetis amb bolonyesa
de soja texturitzada

Fruita de temporada

divendres 26

Arròs saltat amb bolets i pèsols

Remenat d'ou enciam,
pastanaga i poma

Fruita de temporada

dilluns 29

Crema de pastanaga

Amanida de llenties

logurt natural

dimarts 31

Llacets amb crema de formatge

Trita d'espínacs amb amanida

Fruita de temporada

Espai Migdia



ABRIL

Coordinadora del servei:

Joana 644 827 309

Atenció de 9 a 9:30 h
(per tiquet esporàdic o avís de no
assistència contacteu abans de les
9:30h)

Administració Dinàmic
(inscripcions, cobraments, etc.)

93 357 35 19 / 651 181 244

(Mònica / de 9 a 16h)

menjadors@viudinamic.org



si dinem... podem sopar...

Llegums o fècules

Verdures cuites
hortalisses crues

Verdures

Fècules

Ous

Carns o peix

Carns

Ous o peix

Peix

Carns o ous

Fruita

Làctics o fruita

Làctics

Fruita

Especificacions Menús

*Per fer empanats i arrebossats utilitza farina de cigró pels menús sense gluten.

*El menú halal el dia de Sant Jordi tindran pollastre arrebossat en lloc de llibrets de llim



El peix és fresc i varia
segons mercat

Dia de proteïna vegetal



institut
d'assessorament
dietètic
i nutricional

Menús supervisats per

Anna Burgués, Dietista-nutricionista
col·legiada amb número CAT/660,

dnam!c
l'actua en acció



www.viudinamic.org



cuines_dinamic / Viu_dinamic

Tenim a la disposició dels consumidors/es i de l'autoritat sanitària el llistat dels al·lèrgens dels plats d'aquest menú mensual. En cas necessari recordeu informar i omplir el document de sol·licitud d'al·lèrgies i intoleràncies (el podeu sol·licitar a menjadors@viudinamic.org).