

Menús del mes d'abril 2024 (basal)

En vermell, opció peix per a menú vegetarià.

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
	Arròs amb tomàquet	Amanida de mongetes blanques, olives, blat de moro i tomàquet natural	Crema de pesòls	Llaços Eco amb salsa marciàna (espinacs i ceba)
	Croquetes de bacallà amb amanida	Truita a la francesa amb amanida	Hamburgueses de vedella amb ceba caramel·litzada	Filet de Lluç al forn amb verdures
Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / Iogurt natural s/sucre	Pa integral - blanc / Fruita de temporada
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
Macarrons amb tomàquet i olives	Cigrons eco amb espinacs	Crema de carbassó i porro	Llenties estofades amb vegetals	Brou vegetal amb pasta
Pernilets a la llimona amb enciam i pastanaga	Arròs caldós mariner	Estofat de vedella amb verdures	Truita de patata amb enciam variada	Filet de bacallà enfarinat amb amanida variada
Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / Iogurt natural s/sucre	Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / Fruita de temporada
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
Trinxat de bledes amb patata	Arròs amb verdures	Bròquil al vapor amb patates	Espaguetis integrals a l'all	Amanida camperola (patates, tomàquet, olives, ceba)
Mandonguilles de pollastre amb verdures	Truita a la francesa amb amanida	Llenties estofades amb bledes i arròs	Peix fresc segons mercat amb amanida	Hamburguesa de pollastre amb amanida
Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / Iogurt natural s/sucre
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
Bròquil al vapor amb patates	Macarrons amb salsa tomàquet	Mongetes blanques Eco guisades amb porro i pastanaga	Cuscús de verdures amb vegetals de temporada	Brou vegetal amb pasta
Fogoner amb ceba, amanida i olives	Daus de pollastre al forn amb ceba caramel·litzada	Truita d'espinacs amb daus de tomàquet amanit	Cigrons saltats amb all i julivert	Tall rodo de gall d'indi al forn amb verdures
Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / Iogurt natural s/sucre	Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / Fruita de temporada
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Arròs amb tomàquet	Llenties estofades amb vegetals			
Truita a la francesa amb amanida	Filet de lluç amb salsa verda			
Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / Fruita de temporada			

Menú revisat per Rosa Maria Espinosa, Dietista-Nutricionista, Col·legiat CAT000273

ABRIL - Fruïtes, verdures i hortalisses "Temporada de recol·lecció i millor època de consum"

Fruïtes; maduixa, maduixot kiwi, taronja i plàtan.
Verdures i hortalisses; bledes, albergínia, bròquil, carbassó, coliflor, espàrrec verd, espinacs, mongeta tendra, enciam, nap, cogombre, tomàquet, pebrot, porro i remolatxa.

Llistat de proveïdors

Pa ecològic (Forn Santa Madrona), Fruïtes i verdures ECO de proximitat (Eco Central), Carn i Pollastre (Mercat de Canyelles - Carnes JyL i Alimenbarna S.L), Peix Fresc i congelat (Supremas Food Service SL), Aigua (Font d'aigua Culligan), Llegums, Arròs, Pasta, Iogurts (Eco Central - Cultivat i elaborat a Catalunya).