

Menús del mes de maig 2024 (basal)

En vermell, opció peix per a menú vegetarià.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1	2	3
				Trinxat de col amb patates
			Fingers de pollastre casolans amb enciam variada	Macarrons amb salsa tomàquet
			Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / logurt natural s/sucre
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
6	7	8	9	10
Crema de carbassó i porro	Arròs amb verdures	Mongeta verda al vapor amb patates	Llaços integrals amb salsa pesto (olí i alfàbrega fresca)	Amanida de lleties, quinoa i formatge fresc
Filet de bacallà enfarinat amb amanida variada	Hamburgueses de llegums amb amanida	Pollastre al forn a la farigola amb les seves verdures	Caçó al forn amb all i julivert amb tomàquet natural amanit	Truita d'espínacs amb daus de tomàquet amanit
Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / logurt natural s/sucre	Pa integral - blanc / Fruita de temporada
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
13	14	15	16	17
Sopa de peix amb arròs	Amanida fresca de temporada	Pèsols ofegats (bullits) amb ou dur	Cuscús amb carbassó, ceba i espàrrecs	
Pit de pollastre a la planxa amb enciam i blat de moro	Cigrons Eco estofats amb pastanaga i carbassó	Filet de Lluç al forn amb patates	Truita a la francesa amb amanida	
Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / logurt natural s/sucre	Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / Fruita de temporada	
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
20	21	22	23	24
		Crema de verdures de temporada	Espirals amb orenga, oli i formatge ratllat	Amanida camperola (patates, tomàquet, olives, ceba)
	Truita de patata amb enciam variada	Tall rodó de gall dindi al forn amb verdures (pebrot, ceba i tomàquet)	Fogoner amb ceba, amanida i olives	Pollastre al forn a la llimona i herbes
	Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / logurt natural s/sucre
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
27	28	29	30	31
Trinxat de bledes amb patata	Hummus amb bastonets de pastanaga i cogombre	Macarrons amb salsa marciàna (espínacs i ceba)	Risotto de carbassa i pèsols	Amanida variada, xerris, api, blat de moro i pipes de carbassa
Salmó amb salsa de taronja i ceba caramel·litzada	Fricandó de vedella amb verdures	Truita de carbassó amb amanida	Daus de pollastre al forn amb ceba caramel·litzada	Mongetes blanques saltejades amb all i julivert
Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / logurt natural s/sucre	Pa integral - blanc / Fruita de temporada	Pa integral - blanc / Fruita de temporada

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

MAIG - Fruites, verdures i hortalisses "Temporada de recol·lecció i millor època de consum"

Fruites: albercoc, cirera, maduixes, préssec, nectarina, nespra i plàtan.

Verdures i hortalisses; albergínia, carbassa, carbassó, espàrrecs verd, espínacs, mongeta tendra, enciam, nap, cogombre, tomàquet, pebrot, porro, remolatxa i pastanaga.

Llistat de proveïdors

Pa ecològic (Forn Santa Madrona), Fruites 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, logurts (Eco Central - Cultivat i elaborat a Catalunya).