

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1	2	3
			Trinxat de col amb patates	Macarrons amb salsa tomàquet
			—	—
			Mongetes blanques saltejades amb all i julivert i enciam variada	Hamburgueses de llegums amb amanida
			—	—
			Pa blanc Eco / Fruita de temporada	Pa blanc Eco / 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 (oli i alfàbrega fresca)	Amanida de llenties, quinoa i formatge fresc
—	—	—	—	—
Llenties estofades amb bledes i arròs	Hamburgueses de llegums amb amanida	Cigrons saltats amb all i julivert i enciam variada	Mandonguilles de vegetals amb verdures	Truita d'espínacs amb daus de tomàquet amanit
—	—	—	—	—
Pa blanc Eco / Fruita de temporada	Pa blanc Eco / Fruita de temporada	Pa blanc Eco / Fruita de temporada	Pa blanc Eco / logurt natural s/sucre	Pa blanc Eco / Fruita de temporada
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
13	14	15	16	17
Sopa de verdures	Amanida fresca de temporada	Pèsols ofegats (bullits) amb ou dur	Cuscús amb carbassó, ceba i espàrrecs	
—	—	—	—	—
Estofat de soja amb verdures	Cigrons Eco estofats amb pastanaga i carbassó	Hamburgueses vegetal amb amanida	Truita a la francesa amb amanida	
—	—	—	—	
Pa blanc Eco / Fruita de temporada	Pa blanc Eco / logurt natural s/sucre	Pa blanc Eco / Fruita de temporada	Pa blanc Eco / 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	Llenties estofades amb bledes i arròs	Amanida camperola (patates, tomàquet, olives, ceba)
—	—	—	—	—
—	Truita de patata amb enciam variada	Mongetes blanques saltejades amb all i julivert i enciam variada	Seitan rostit amb verdures	Hamburgueses de llegums amb amanida
—	—	—	—	—
—	Pa blanc Eco / Fruita de temporada	Pa blanc Eco / Fruita de temporada	Pa blanc Eco / Fruita de temporada	Pa blanc Eco / 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
—	—	—	—	—
Cigrons saltats amb all i julivert i enciam variada	Mandonguilles de vegetals amb verdures	Truita de carbassó amb amanida	Amanida de llenties, quinoa i formatge fresc	Mongetes blanques saltejades amb all i julivert
—	—	—	—	—
Pa blanc Eco / Fruita de temporada	Pa blanc Eco / Fruita de temporada	Pa blanc Eco / logurt natural s/sucre	Pa blanc Eco / Fruita de temporada	Pa blanc Eco / 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).