



menús sostenibles
Abril 2024

"Llibres, roses i dracs!"

El 23 d'abril, els carrers de Catalunya s'omplen de màgia amb la diada de Sant Jordi, on la valentia i l'amor se celebren amb llibres i roses.

Aquest any, com sempre inspirats en aquesta tradició tan arrelada, amb postres com el "Pastís de Sant Jordi", una delícia feta amb pa de pessic, mousse de nata, xocolata i crema, adornat amb dolçor i fantasia.

Recordem també que és el Dia Internacional del Llibre, una ocasió perfecta per fomentar la lectura i compartir estones culturals en família.

Gaudiu d'aquest dia tan especial, regalant una rosa, compartint un bon llibre i degustant un pastís exquisit.

Bona diada de Sant Jordi!



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 VACANCES	2 (* 40g Pasta sense gluten amb tomàquet casolà (* 100g Pollastre al forn amb 40g amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps	3 (* 200g Crema de carbassa sense llet ni crostons (60g de patata) (* 100g Truita francesa amb 40g amanida (enciam i pastanaga) (* Fruita del temps	4 (* 60g Llenties saltades amb 80g hortalisses (* 100g Pernillets de pollastre al forn amb 40g timbal d'arròs Fruita del temps	5 (* 40g Amanida de pasta sense gluten (tonyina, olives, blat de moro i pastanaga) (* 100g Peix fresc segons mercat al forn amb 40g amanida (enciam i olives) logurt sostenible natural sense sucre
8 (* 200g Crema de verdures sense llet (* 100g Truita de patates (60g de patata) amb 40g amanida (enciam, pastanaga i blat de moro) Fruita del temps	9 (* 60g Cigrons saltats amb 80g verdures (* 100g Cap de llom amb 40g de poma al forn Fruita del temps	10 (* 65g Arròs tres delícies (pastanaga i pèsols) (* 100g Contra cuixa de pollastre al forn amb 40g amanida (enciam, pastanaga i olives) (* Fruita del temps	11 (* 40g Pasta sense gluten amb oli i orenga (* 100g Lluç al forn amb 40g amanida (tomàquet, pastanaga i blat de moro) logurt sostenible natural sense sucre	12 (* 80g Bròquil amb 60g patates (* 100g Mandonguilles d'au sense al·lèrgens amb 40g tomàquet casolà, pèsols i pastanaga Fruita del temps
15 (* 65g Arròs amb 80g verdures (* 100g Ous amb tomàquet casolà i 40g amanida (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita del temps	16 (* 60g Llenties bullides amb 80g verdures i 60g de patata (* 100g Bacallà amb 40g samfaina (amb tomàquet casolà) Fruita del temps	17 (* 100g Minestra de verdures (pastanaga, mongeta verda i pèsols) (* 100g Daus de vedella saltats amb 60g de patates (* Fruita del temps	18 (* 200g Crema de verdures de temporada sense llet (60g de patata) (* 100g Gall dindi a l'allet amb 40g amanida (enciam i blat de moro) logurt sostenible natural sense sucre	19 (* 40g Pasta sense gluten saltada amb 80g xampinyons (* 100g Pollastre al forn amb 40g amanida (enciam i tomàquet) Fruita del temps
22 (* 200g Crema de patata i porros sense llet (* 100g Truita de carbassó (60g de patata) amb 40g amanida (enciam, tomàquet i olives) Fruita del temps	23 Menú especial Sant Jordi (* 40g Pasta sense gluten amb tomàquet casolà (* 100g Lluç al forn amb 40g amanida (enciam i blat de moro) (* Postre especial sense gluten ni sucres	24 (* 100g Coliflor saltada (* 100g Hamburguesa d'au sense al·lèrgens a la planxa amb 60g patates panaderes Fruita del temps	25 (* 60g Cigrons saltats amb 80g d'espínacs i 60g de patata (* 100g Lluç a la marinera casolana amb 40g verdures (* Fruita del temps	26 (* 65g Arròs amb tomàquet casolà i ceba (* 100g Cap de llom al forn amb 40g amanida (enciam, pastanaga i olives) logurt sostenible natural sense sucre
29 (* 60g Pèsols saltats amb 60g patata (* 100g Truita francesa amb 40g amanida (enciam i blat de moro) Fruita del temps	30 (* Sopa de peix casolana amb 40g pasta sense gluten (* 100g Botifarra d'au al forn amb 40g amanida (enciam, pastanaga i tomàquet) Fruita del temps	ESCOLA ROSSELLÓ PÒRCEL SENSE GLUTEN - DIABÈTIC *Afegir 40g de pa sense gluten a cada àpat		

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós