

## Recomanacions del dinar i sopar

Us suggerim els grups d'aliments més adients per al sopar dels vostres fills i filles, per tal de completar la dieta equilibrada del dia. Aquestes orientacions us poden ajudar a planificar els sopars setmanals perquè siguin variats i saludables.

### DINAR



### SOPAR



## aquest mes

### Els canvis i la flexibilitat

A tots ens ha passat: **mirar el menú amb il·lusió... i descobrir que aquell dia no toca el nostre plat preferit**. Als infants, això pot generar cert rebuig, queixes o frustració.

Però aquests moments també són **una oportunitat educativa**: acompanyar-los quan el dinar no és el que volien, ajuda a **treballar la tolerància a la frustració, l'adaptació i la flexibilitat emocional**.



### Què podem fer des de casa?

- Anticipar ajuda:** mirar junts el menú i comentar el que vindrà.
- Evitar etiquetes negatives:** ("Això és fastigós") i promoure paraules com "encara no m'agrada".
- Reforçar la paciència i l'obertura:** "No sempre mengem el que més ens agrada, i això també està bé".

## 10 mesos causes

### Dia Mundial de la Salut

L'**Organització Mundial de la Salut** es va fundar oficialment el **7 d'abril de 1948**, just després de la Segona Guerra Mundial, amb l'objectiu d'aconseguir **el màxim nivell de salut per a totes les persones**. Per això es va escollir aquest dia com el Dia Mundial de la Salut.

La salut no és només no estar malalt: és sentir-se bé **físicament, emocionalment i socialment**.

Us animem a fer una **setmana de la salut** en família:

- ♂ Caminar 30 minuts
- 🍏 Preparar un sopar saludable
- 👩 Fer respiracions o joga infantil



Cuidar-nos **per dins i per fora** és clau per créixer feliços



Informació nutricional del menú escolar diari

- K** Energia (kcal)
- H** Hidrats de carboni
- P** Proteïna
- L** Lípidis

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 25 d'octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÉRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren.



# MENÚ ABRIL 2026

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

DIETA:

**BASAL**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



## SETMANA SANTA



6

**FESTIU**

7

Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat ( opcional )  
Croquetes de bacallà  
Amanida variada  
Fruita del temps

8

Arròs eco tres delícies ( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
Hamburguesa de coliflor i formatge  
Amanida variada  
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva  
Filet de lluç al forn  
amb ceba i patata panadera  
Fruita del temps

10

Ensaladilla russa ( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
logurt natural

13

Mongeta verda amb patates a l'allet  
Fideuà de peix amb calamar

Fruita del temps

14

Lenties eco a la jardineria ( pèsols, pastanaga, pebrot )  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

15

Amanida de pasta ( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya )  
Cues de rap amb salsa marinera  
Amanida variada  
Fruita del temps

16

Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba)  
Truita eco de carbassó i patata  
Amanida variada

logurt natural

17

Crema de cigrons i pastanaga ( cigrons , pastanaga, patata )  
Macarrons a la bolognesa ( carn de picada de vedella )

Fruita del temps

20

Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Truita francesa  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

Crema de carbassó amb crostons ( Carbassó, patata i ceba )  
Fajites amb verdures pollastre i cigrons eco  
Amanida variada  
Fruita del temps

22

Tallarines eco amb salsa pesto  
Filet de lluç al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

23

**SANT JORDI**

Sopa de lletres  
Pollastre arrebosat casolà amb xips  
Amanida variada  
Gelats



24

Panató de verdures ( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
Pinxo de llonganissa adobat al forn  
xampinyons a l'allet  
Fruita natural

27

Crema de verdures amb crostons ( carbassó, pèsols, ceba i patata )

Truita de patates i ceba

Amanida variada  
Fruita del temps

28

Amanida de patata ( patata, tonyina, blat de moro, olives )  
Salmó al forn  
Amanida variada

logurt natural

29

Hummus de cigrons eco amb torradetes  
Pernilets de pollastre al forn  
Amanida variada

Fruita del temps

30

Cous-cous amb verdures ( carbassó, ceba i pebrot )  
Salsitxes de gall dindi amb samfaina

Fruita del temps





# MENÚ ABRIL 2026

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

# DIETA:

## SENSE PORC

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



6

**FESTIU**

7

Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat ( opcional )  
Croquetes de bacallà  
Amanida variada  
Fruita del temps

8

Arròs eco tres delícies ( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
Hamburguesa de coliflor i formatge  
Amanida variada  
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva  
Filet de lluç al forn  
amb ceba i patata panadera  
Fruita del temps

10

Ensaladilla russa ( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
logurt natural

13

Mongeta verda amb patates a l'allet  
Fideuà de peix amb calamar

Fruita del temps

14

Lenties eco a la jardineria ( pèsols, pastanaga, pebrot )  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

15

Amanida de pasta ( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya )  
Cues de rap amb salsa marinera  
Amanida variada  
Fruita del temps

16

Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba)  
Truita eco de carbassó i patata  
Amanida variada

logurt natural

17

Crema de cigrons i pastanaga ( cigrons , pastanaga, patata )  
Macarrons a la bolognesa ( carn de picada de vedella )

Fruita del temps

20

Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Truita francesa  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

Crema de carbassó amb crostons ( Carbassó, patata i ceba )  
Fajites amb verdures pollastre i cigrons eco  
Amanida variada  
Fruita del temps

22

Tallarines eco amb salsa pesto  
Filet de lluç al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

23

**SANT JORDI**

Sopa de lletres (s/porc)

Pollastre arrebosat casolà amb xips  
Amanida variada  
Gelats



24

Panatxé de verdures ( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
Pinxo de gall dindi adobat al forn  
xampinyons a l'allet  
Fruita natural

27

Crema de verdures amb crostons ( carbassó, pèsols, ceba i patata )

Truita de patates i ceba

Amanida variada  
Fruita del temps

28

Amanida de patata ( patata, tonyina, blat de moro, olives )  
Salmó al forn  
Amanida variada

logurt natural

29

Hummus de cigrons eco amb torradetes  
Pernilets de pollastre al forn  
Amanida variada

Fruita del temps

30

Cous-cous amb verdures ( carbassó, ceba i pebrot )  
Salsitxes de gall dindi amb samfaina

Fruita del temps





# MENÚ ABRIL 2026

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

## DIETA:

### SENSE CARN

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



6

## FESTIU

7

Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat ( opcional )  
Croquetes de bacallà  
Amanida variada  
Fruita del temps

8

Arròs eco tres delícies ( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
Hamburguesa de coliflor i formatge  
Amanida variada  
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva  
Filet de lluç al forn  
amb ceba i patata panadera  
Fruita del temps

10

Ensaladilla russa ( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
**Truita de patates**  
Amanida variada  
logurt natural

13

Mongeta verda amb patates a l'allet  
Fideuà de peix amb calamar

Fruita del temps

14

Lenties eco a la jardinera ( pèsols, pastanaga, pebrot )  
**Varetes de verdures al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

15

Amanida de pasta ( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya )  
Cues de rap amb salsa marinera  
Amanida variada  
Fruita del temps

16

Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba)  
Truita eco de carbassó i patata  
Amanida variada

logurt natural

17

**Macarrons a la napolitana**  
**Abadejo al forn**  
**Amanida variada**

Fruita del temps

20

Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Truita francesa  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

Crema de carbassó amb crostons ( Carbassó, patata i ceba )  
**Fajites amb verdures i cigrons eco**  
Amanida variada  
Fruita del temps

22

Tallarines eco amb salsa pesto  
Filet de lluç al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

23

**SANT JORDI**

**Sopa de lletres (s/carn)**

**Falafel al forn amb xips**  
Amanida variada  
Gelats



24

Panatxé de verdures ( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
**Truita de patates i ceba**  
xampinyons a l'allet  
Fruita natural

27

Crema de verdures amb crostons ( carbassó, pèsols, ceba i patata )

Truita de patates i ceba

Amanida variada  
Fruita del temps

28

Amanida de patata ( patata, tonyina, blat de moro, olives )  
Salmó al forn  
Amanida variada

logurt natural

29

Hummus de cigrons eco amb torradetes  
**Truita a la francesa**  
Amanida variada

Fruita del temps

30

Cous-cous amb verdures ( carbassó, ceba i pebrot )  
**Hamburguesa de coliflor i formatge**  
**Amanida variada**

Fruita del temps





# MENÚ ABRIL 2026

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

DIETA:

**HALAL**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



6

**FESTIU**

7

Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat ( opcional )  
Croquetes de bacallà  
Amanida variada  
Fruita del temps

8

Arròs eco tres delícies ( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
Hamburguesa de coliflor i formatge  
Amanida variada  
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva  
Filet de lluç al forn amb ceba i patata panadera  
Fruita del temps

10

Ensaladilla russa ( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
**Contra cuixa de pollastre halal al forn**  
Amanida variada  
logurt natural

13

Mongeta verda amb patates a l'allet  
Fideuà de peix amb calamar

Fruita del temps

14

Lenties eco a la jardinera ( pèsols, pastanaga, pebrot )  
**Aletes de pollastre halal al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

15

Amanida de pasta ( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya )  
Cues de rap amb salsa marinera  
Amanida variada  
Fruita del temps

16

Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba)  
Truita eco de carbassó i patata  
Amanida variada

logurt natural

17

**Macarrons a la napolitana**  
**Abadejo al forn**  
**Amanida variada**

Fruita del temps

20

Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Truita francesa  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

Crema de carbassó amb crostons ( Carbassó, patata i ceba )  
**Fajites amb verdures pollastre halal i cigrons eco**  
Amanida variada  
Fruita del temps

22

Tallarines eco amb salsa pesto  
Filet de lluç al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

23

**SANT JORDI**

**Sopa de lletres (s/carn)**

**Pollastre halal arrebosat casolà amb xips**  
Amanida variada  
Gelat



24

Panatxé de verdures ( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
**Truita de patates i ceba**  
xampinyons a l'allet  
Fruita natural

27

Crema de verdures amb crostons ( carbassó, pèsols, ceba i patata )

Truita de patates i ceba

Amanida variada  
Fruita del temps

28

Amanida de patata ( patata, tonyina, blat de moro, olives )  
Salmó al forn  
Amanida variada

logurt natural

29

Hummus de cigrons eco amb torradetes  
**Pernillets de pollastre halal al forn**  
Amanida variada

Fruita del temps

30

Cous-cous amb verdures ( carbassó, ceba i pebrot )  
**Salsixes de gall dindi halal** amb samfaina

Fruita del temps





# MENÚ ABRIL 2026

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

# DIETA:

## SENSE GLUTEN

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



## FESTIU

6

7

8

9

10

Espirals (s/gluten) amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat ( opcional )  
**Rap al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

Arròs eco tres delícies ( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
**Gall dindi al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva  
Filet de lluç al forn amb ceba i patata panadera  
Fruita del temps

Ensaladilla russa ( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
logurt natural

13

14

15

16

17

Mongeta verda amb patates a l'allet  
**Truita de patates**  
**Amanida variada**  
Fruita del temps

**Patates a la jardineria** ( pèsols, pastanaga, pebrot )  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

**Amanida de pasta (s/gluten)** ( enciam, blat moro, olives i pinya )  
Cues de rap amb salsa marinera  
Amanida variada  
Fruita del temps

Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba)  
Truita eco de carbassó i patata  
Amanida variada  
logurt natural

Crema de cigrons i pastanaga ( cigrons , pastanaga, patata )  
**Macarrons (s/gluten) a la bolognesa** ( carn de picada de vedella )  
Fruita del temps

20

21

22

23

24

Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Truita francesa  
Amanida variada  
Fruita del temps

**Crema de carbassó ( Carbassó, patata i ceba )**  
**Verdures saltejades amb pollastre i cigrons eco**  
Amanida variada  
Fruita del temps

**Tallarines (s/gluten) amb salsa pesto**  
Filet de lluç al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

**SANT JORDI**

**Sopa de lletres (s/gluten)**  
**Pollastre arrebosat (s/gluten) casolà amb xips**  
Amanida variada  
**Gelat (s/gluten)**

Panatóx de verdures ( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
Pinxo de llom adobat al forn xampinyons a l'allet  
Fruita natural

27

28

29

30

**Crema de verdures ( carbassó, pèsols, ceba i patata )**  
Truita de patates i ceba  
Amanida variada  
Fruita del temps

Amanida de patata ( patata, tonyina, blat de moro, olives )  
Salmó al forn  
Amanida variada  
logurt natural

**Hummus de cigrons eco**  
Pernilets de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

**Macarrons (s/gluten) amb verdures** ( carbassó, ceba i pebrot )  
Salsitxes de gall dindi amb samfaina  
Fruita del temps





# MENÚ ABRIL 2026

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

# DIETA:

## SENSE LACTOSA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



6

**FESTIU**

7

**Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet**  
**Rap al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

8

Arròs eco tres delícies  
( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
**Gall dindi al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida  
amb patates i oli d'oliva  
Filet de lluç al forn  
amb ceba i patata panadera  
Fruita del temps

10

Ensaladilla russa  
( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
**logurt natural (s/lactosa)**

13

Mongeta verda amb patates  
a l'allet  
Fideuà de peix  
amb calamar

Fruita del temps

14

Llenties eco a la jardinera  
( pèsols, pastanaga, pebrot )  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

15

Amanida de pasta  
( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya )  
**Cues de rap**  
**amb salsa marinera (s/llet)**  
Amanida variada  
Fruita del temps

16

Arròs eco amb tomàquet  
(sofregit de tomàquet i ceba)  
Truita eco de carbassó i patata  
Amanida variada

**logurt natural (s/lactosa)**

17

**Crema de cigrons i pastanaga (s/llet)**  
( cigrons , pastanaga, patata )  
Macarrons a la bolognesa  
( carn de picada de vedella )

Fruita del temps

20

Amanida d'arròs  
( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Truita francesa  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

**Crema de carbassó (s/llet)**  
( Carbassó, patata i ceba )  
Fajites amb verdures  
pollastre i cigrons eco  
Amanida variada  
Fruita del temps

22

**Tallarines eco amb**  
**salsa de tomàquet**  
Filet de lluç al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

23

**SANT JORDI**

Sopa de lletres

**Pollastre arrebosat (s/llet) amb xips (s/llet)**  
Amanida variada  
**Gelat de gel**



24

Panató de verdures  
( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
Pinxo de llong anadob al forn  
xampinyons a l'allet  
Fruita natural

27

**Crema de verdures (s/llet)**  
**( carbassó, pèsols, ceba i patata )**

Truita de patates i ceba  
Amanida variada  
Fruita del temps

28

Amanida de patata  
( patata, tonyina, blat de moro, olives )  
Salmó al forn  
Amanida variada

**logurt natural (s/lactosa)**

29

Hummus de cigrons eco  
**amb torradetes (s/llet)**  
Pernilets de pollastre al forn  
Amanida variada

Fruita del temps

30

Cous-cous amb verdures  
( carbassó, ceba i pebrot )  
Salsitxes de gall dindi  
amb samfaina

Fruita del temps





# MENÚ ABRIL 2026

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

# DIETA:

## PLV SI VEDELLA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



6

## FESTIU

7

**Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet**  
**Rap al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

8

Arròs eco tres delícies  
( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
**Gall dindi al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida  
amb patates i oli d'oliva  
Filet de lluç al forn  
amb ceba i patata panadera  
Fruita del temps

10

Ensaladilla russa  
( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
**logurt de soja**

13

Mongeta verda amb patates  
a l'allet  
Fideuà de peix  
amb calamar

Fruita del temps

14

Llenties eco a la jardinera  
( pèsols, pastanaga, pebrot )  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

15

Amanida de pasta  
( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya )  
**Cues de rap**  
**amb salsa marinera (s/llet)**  
Amanida variada  
Fruita del temps

16

Arròs eco amb tomàquet  
(sofregit de tomàquet i ceba)  
Trita eco de carbassó i patata  
Amanida variada

**logurt de soja**

17

**Crema de cigrons i pastanaga (s/llet)**  
( cigrons , pastanaga, patata )  
Macarrons a la bolognesa  
( carn de picada de vedella )

Fruita del temps

20

Amanida d'arròs  
( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Trita francesa  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

**Crema de carbassó (s/llet)**  
( Carbassó, patata i ceba )  
Fajites amb verdures  
pollastre i cigrons eco  
Amanida variada  
Fruita del temps

22

**Tallarines eco amb**  
**salsa de tomàquet**  
Filet de lluç al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

23

**SANT JORDI**

Sopa de lletres



**Pollastre arrebosat (s/llet) amb xips (s/llet)**  
Amanida variada  
**Gelat de gel**

24

Panatóx de verdures  
( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
Pinxo de llong adobat al forn  
xampinyons a l'allet  
Fruita natural

27

**Crema de verdures (s/llet)**  
**( carbassó, pèsols, ceba i patata )**

Trita de patates i ceba  
Amanida variada  
Fruita del temps

28

Amanida de patata  
( patata, tonyina, blat de moro, olives )  
Salmó al forn  
Amanida variada

**logurt de soja**

29

Hummus de cigrons eco  
**amb torradetes (s/llet)**  
Pernilets de pollastre al forn  
Amanida variada

Fruita del temps

30

Cous-cous amb verdures  
( carbassó, ceba i pebrot )  
Salsitxes de gall dindi  
amb samfaina

Fruita del temps





## MENÚ ABRIL 2026

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

## DIETA:

### PLV NO VEDELLA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



6

## FESTIU

7

**Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet**  
**Rap al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

8

Arròs eco tres delícies  
( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
**Gall dindi al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida  
amb patates i oli d'oliva  
Filet de lluç al forn  
amb ceba i patata panadera  
Fruita del temps

10

Ensaladilla russa  
( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
**logurt de soja**

13

Mongeta verda amb patates  
a l'allet  
Fideuà de peix  
amb calamar

Fruita del temps

14

Llenties eco a la jardinera  
( pèsols, pastanaga, pebrot )  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

15

Amanida de pasta  
( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya )  
**Cues de rap**  
**amb salsa marinera (s/llet)**  
Amanida variada  
Fruita del temps

16

Arròs eco amb tomàquet  
(sofregit de tomàquet i ceba)  
Trita eco de carbassó i patata  
Amanida variada

**logurt de soja**

17

**Macarrons a la napolitana**  
**Abadejo al forn**  
**Amanida variada**

Fruita del temps

20

Amanida d'arròs  
( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Trita francesa  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

**Crema de carbassó (s/llet)**  
( Carbassó, patata i ceba )  
Fajites amb verdures  
pollastre i cigrons eco  
Amanida variada  
Fruita del temps

22

**Tallarines eco amb**  
**salsa de tomàquet**  
Filet de lluç al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

23

**SANT JORDI**

Sopa de lletres



**Pollastre arrebosat (s/llet) amb xips (s/llet)**  
Amanida variada  
**Gelat de gel**

24

Panatóx de verdures  
( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
Pinxo de lllom adobat al forn  
xampinyons a l'allet  
Fruita natural

27

**Crema de verdures (s/llet)**  
**( carbassó, pèsols, ceba i patata )**

Trita de patates i ceba  
Amanida variada  
Fruita del temps

28

Amanida de patata  
( patata, tonyina, blat de moro, olives )  
Salmó al forn  
Amanida variada

**logurt de soja**

29

Hummus de cigrons eco  
**amb torradetes (s/llet)**  
Pernilets de pollastre al forn  
Amanida variada

Fruita del temps

30

Cous-cous amb verdures  
( carbassó, ceba i pebrot )  
Salsitxes de gall dindi  
amb samfaina

Fruita del temps





## MENÚ ABRIL 2026

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

## DIETA:

### SENSE GLUTEN I PLV NO VEDELLA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



6

## FESTIU

7

**Espirals (s/gluten) amb sofregit de ceba i tomàquet**  
**Rap al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

8

Arròs eco tres delícies (pastanaga, pèsols i blat de moro)  
**Gall dindi al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva  
Filet de lluç al forn  
amb ceba i patata panadera  
Fruita del temps

10

Ensaladilla russa (mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
**logurt de soja**

13

Mongeta verda amb patates a l'allet  
**Truita de patates**  
**Amanida variada**  
Fruita del temps

14

**Patates a la jardinera** (pèsols, pastanaga, pebrot)  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

15

**Amanida de pasta (s/gluten)** (enciam, blat moro, olives i pinya)  
**Cues de rap amb salsa marinera (s/llet)**  
Amanida variada  
Fruita del temps

16

Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba)  
Truita eco de carbassó i patata  
Amanida variada  
**logurt de soja**

17

**Macarrons (s/gluten) a la napolitana**  
**Abadejo al forn**  
**Amanida variada**  
Fruita del temps

20

Amanida d'arròs (Arròs, enciam, blat de moro i olives)  
Truita francesa  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

**Crema de carbassó (s/llet)** (Carbassó, patata i ceba)  
**Verdures saltejades amb pollastre i cigrons eco**  
Amanida variada  
Fruita del temps

22

**Tallarines (s/gluten) amb salsa de tomàquet**  
Filet de lluç al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

23

**SANT JORDI**

**Sopa de lletres (s/gluten)**  
**Pollastre arrebosat (s/llet i gluten) amb xips (s/llet)**  
Amanida variada  
**Gelat de gel**

24

Panatóx de verdures (bròquil, pèsols, pastanaga i patata)  
Pinxo de llom adobat al forn  
xampinyons a l'allet  
Fruita natural

27

**Crema de verdures (s/llet)** (carbassó, pèsols, ceba i patata)  
Truita de patates i ceba  
Amanida variada  
Fruita del temps

28

Amanida de patata (patata, tonyina, blat de moro, olives)  
Salmó al forn  
Amanida variada  
**logurt de soja**

29

Hummus de cigrons eco **amb torradetes (s/llet)**  
Pernilets de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

30

**Macarrons (s/gluten) amb verdures** (carbassó, ceba i pebrot)  
Salsitxes de gall dindi amb samfaina  
Fruita del temps





# MENÚ ABRIL 2026

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

DIETA:

**SENSE PEIX**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



6

**FESTIU**

7

Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat ( opcional )  
**Gall dindi al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

8

Arròs eco tres delícies ( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
Hamburguesa de coliflor i formatge  
Amanida variada  
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva  
**Varetes de verdures**  
amb ceba i patata panadera  
Fruita del temps

10

Ensaladilla russa ( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
logurt natural

13

Mongeta verda amb patates a l'allet  
**Truita de patates**  
**Amanida variada**  
Fruita del temps

14

Lenties eco a la jardineria ( pèsols, pastanaga, pebrot )  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

15

Amanida de pasta ( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya )  
**Pollastre al forn**  
amb salsa marinera  
Amanida variada  
Fruita del temps

16

Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba)  
Truita eco de carbassó i patata  
Amanida variada  
logurt natural

17

Crema de cigrons i pastanaga ( cigrons , pastanaga, patata )  
Macarrons a la bolognesa ( carn de picada de vedella )  
Fruita del temps

20

Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Truita francesa  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

Crema de carbassó amb crostons ( Carbassó, patata i ceba )  
Fajites amb verdures pollastre i cigrons eco  
Amanida variada  
Fruita del temps

22

Tallarines eco amb salsa pesto  
**Truita de patates**  
Amanida variada  
Fruita del temps

23

**SANT JORDI**

**Sopa de lletres (s/peix)**  
Pollastre arrebosat casolà amb xips  
Amanida variada  
Gelats



24

Panatóx de verdures ( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
Pinxo de lllom adobat al forn xampinyons a l'allet  
Fruita natural

27

Crema de verdures amb crostons ( carbassó, pèsols, ceba i patata )  
Truita de patates i ceba  
Amanida variada  
Fruita del temps

28

**Amanida de patata (s/tonyina)**  
**( patata, pebrot, blat de moro, olives )**  
**Hamburguesa de coliflor i formatge**  
Amanida variada  
logurt natural

29

Hummus de cigrons eco amb torradetes  
Pernilets de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

30

Cous-cous amb verdures ( carbassó, ceba i pebrot )  
Salsitxes de gall dindi amb samfaina  
Fruita del temps





# MENÚ ABRIL 2026

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

DIETA:

**SENSE MARISC**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



6

**FESTIU**

7

Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat ( opcional )  
**Gall dindi al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

8

Arròs eco tres delícies ( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
Hamburguesa de coliflor i formatge  
Amanida variada  
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva  
**Filet de lluç (s/traces de marisc) al forn** amb ceba i patata panadera  
Fruita del temps

10

Ensaladilla russa ( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
logurt natural

13

Mongeta verda amb patates a l'allet  
**Truita de patates**  
**Amanida variada**  
Fruita del temps

14

Llenties eco a la jardineria ( pèsols, pastanaga, pebrot )  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

15

Amanida de pasta ( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya )  
**Cues de rap (s/traces de marisc) amb salsa marinera**  
Amanida variada  
Fruita del temps

16

Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba)  
Truita eco de carbassó i patata  
Amanida variada  
logurt natural

17

Crema de cigrons i pastanaga ( cigrons , pastanaga, patata )  
Macarrons a la bolognesa ( carn de picada de vedella )  
Fruita del temps

20

Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Truita francesa  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

Crema de carbassó amb crostons ( Carbassó, patata i ceba )  
Fajites amb verdures pollastre i cigrons eco  
Amanida variada  
Fruita del temps

22

Tallarines eco amb salsa pesto  
**Filet de lluç (s/traces de marisc) al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

23

**SANT JORDI**

**Sopa de lletres (s/peix)**  
Pollastre arrebosat casolà amb xips  
Amanida variada  
Gelat

24

Panatóx de verdures ( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
Pinxo de lllom adobat al forn xampinyons a l'allet  
Fruita natural

27

Crema de verdures amb crostons ( carbassó, pèsols, ceba i patata )  
Truita de patates i ceba  
Amanida variada  
Fruita del temps

28

**Amanida de patata (s/tonyina) ( patata, pebrot,blat de moro, olives )**  
**Salmó al forn (s/traces de marisc)**  
Amanida variada  
logurt natural

29

Hummus de cigrons eco amb torradetes  
Pernilets de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

30

Cous-cous amb verdures ( carbassó, ceba i pebrot )  
Salsitxes de gall dindi amb samfaina  
Fruita del temps





# MENÚ ABRIL 2026

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

# DIETA:

## SENSE CRUSTACIS

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



6

## FESTIU

7

Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat ( opcional )  
**Gall dindi al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

8

Arròs eco tres delícies ( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
Hamburguesa de coliflor i formatge  
Amanida variada  
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva  
**Filet de lluç (s/traces de crustacis) al forn** amb ceba i patata panadera  
Fruita del temps

10

Ensaladilla russa ( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
logurt natural

13

Mongeta verda amb patates a l'allet  
**Truita de patates**  
**Amanida variada**  
Fruita del temps

14

Llenties eco a la jardineria ( pèsols, pastanaga, pebrot )  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

15

Amanida de pasta ( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya )  
**Cues de rap (s/traces de crustacis) amb salsa marinera**  
Amanida variada  
Fruita del temps

16

Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba)  
Truita eco de carbassó i patata  
Amanida variada  
logurt natural

17

Crema de cigrons i pastanaga ( cigrons , pastanaga, patata )  
Macarrons a la bolognesa ( carn de picada de vedella )  
Fruita del temps

20

Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Truita francesa  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

Crema de carbassó amb crostons ( Carbassó, patata i ceba )  
Fajites amb verdures pollastre i cigrons eco  
Amanida variada  
Fruita del temps

22

Tallarines eco amb salsa pesto  
**Filet de lluç (s/traces de crustacis) al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

23

### SANT JORDI

**Sopa de lletres (s/peix)**  
Pollastre arrebosat casolà amb xips  
Amanida variada  
Gelat

24

Panatóx de verdures ( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
Pinxo de lllom adobat al forn xampinyons a l'allet  
Fruita natural

27

Crema de verdures amb crostons ( carbassó, pèsols, ceba i patata )  
Truita de patates i ceba  
Amanida variada  
Fruita del temps

28

**Amanida de patata (s/tonyina) ( patata, pebrot,blat de moro, olives )**  
**Salmó al forn (s/traces de crustacis)**  
Amanida variada  
logurt natural

29

Hummus de cigrons eco amb torradetes  
Pernilets de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

30

Cous-cous amb verdures ( carbassó, ceba i pebrot )  
Salsitxes de gall dindi amb samfaina  
Fruita del temps





# MENÚ ABRIL 2026

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

# DIETA:

PLV NO VEDELLA, NO MARISC

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



6

**FESTIU**

7

**Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet**  
**Rap al forn (s/traces de marisc)**  
Amanida variada  
Fruita del temps

8

Arròs eco tres delícies  
( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
**Gall dindi al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida  
amb patates i oli d'oliva  
**Filet de lluç al forn (s/traces de marisc)**  
amb ceba i patata panadera  
Fruita del temps

10

Ensaladilla russa  
( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
**logurt de soja**

13

Mongeta verda amb patates  
a l'allet  
**Trita de patates**  
**Amanida variada**  
Fruita del temps

14

Llenties eco a la jardinera  
( pèsols, pastanaga, pebrot )  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

15

Amanida de pasta  
( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya )  
**Cues de rap (s/traces de marisc)**  
**amb salsa marinera (s/llet)**  
Amanida variada  
Fruita del temps

16

Arròs eco amb tomàquet  
(sofregit de tomàquet i ceba)  
Trita eco de carbassó i patata  
Amanida variada  
**logurt de soja**

17

**Macarrons a la napolitana**  
**Abadejo al forn (s/traces de marisc)**  
**Amanida variada**  
Fruita del temps

20

Amanida d'arròs  
( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Trita francesa  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

**Crema de carbassó (s/llet)**  
( Carbassó, patata i ceba )  
Fajites amb verdures  
pollastre i cigrons eco  
Amanida variada  
Fruita del temps

22

**Tallarines eco amb**  
**salsa de tomàquet**  
**Filet de lluç (s/traces de marisc) al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

23

**SANT JORDI**

**Sopa de lletres (s/peix)**  
**Pollastre arrebosat (s/llet) amb xips (s/llet)**  
Amanida variada  
**Gelat de gel**

24

Panatóx de verdures  
( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
Pinxo de llim adobat al forn  
xampinyons a l'allet  
Fruita natural

27

**Crema de verdures (s/llet)**  
**( carbassó, pèsols, ceba i patata )**  
Trita de patates i ceba  
Amanida variada  
Fruita del temps

28

**Amanida de patata (s/tonyina)**  
**( patata, pebrot,blat de moro, olives )**  
**Salmó al forn (s/traces de marisc)**  
Amanida variada  
**logurt de soja**

29

Hummus de cigrons eco  
**amb torradetes (s/llet)**  
Pernilets de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

30

Cous-cous amb verdures  
( carbassó, ceba i pebrot )  
Salsitxes de gall dindi  
amb samfaina  
Fruita del temps





# MENÚ ABRIL 2026

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

# DIETA:

NO LACTOSA, NO MARISC

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



6

**FESTIU**

7

**Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet**  
**Rap al forn (s/traces de marisc)**  
Amanida variada  
Fruita del temps

8

Arròs eco tres delícies  
( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
**Gall dindi al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida  
amb patates i oli d'oliva  
**Filet de lluç al forn (s/traces de marisc)**  
amb ceba i patata panadera  
Fruita del temps

10

Ensaladilla russa  
( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
**logurt natural (s/lactosa)**

13

Mongeta verda amb patates  
a l'allet  
**Trita de patates**  
**Amanida variada**  
Fruita del temps

14

Llenties eco a la jardinera  
( pèsols, pastanaga, pebrot )  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

15

Amanida de pasta  
( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya )  
**Cues de rap (s/traces de marisc)**  
**amb salsa marinera (s/llet)**  
Amanida variada  
Fruita del temps

16

Arròs eco amb tomàquet  
(sofregit de tomàquet i ceba)  
Trita eco de carbassó i patata  
Amanida variada  
**logurt natural (s/lactosa)**

17

**Crema de cigrons i pastanaga (s/llet)**  
( cigrons , pastanaga, patata )  
Macarrons a la bolognesa  
( carn de picada de vedella )  
Fruita del temps

20

Amanida d'arròs  
( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Trita francesa  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

**Crema de carbassó (s/llet)**  
( Carbassó, patata i ceba )  
Fajites amb verdures  
pollastre i cigrons eco  
Amanida variada  
Fruita del temps

22

Tallarines eco amb  
salsa de tomàquet  
**Filet de lluç (s/traces de marisc) al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

23

**SANT JORDI**

**Sopa de lletres (s/peix)**  
**Pollastre arrebosat (s/llet) amb xips (s/llet)**  
Amanida variada  
**Gelat de gel**

24

Panató de verdures  
( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
Pinxo de llom adobat al forn  
xampinyons a l'allet  
Fruita natural

27

**Crema de verdures (s/llet)**  
( carbassó, pèsols, ceba i patata )  
Trita de patates i ceba  
Amanida variada  
Fruita del temps

28

**Amanida de patata (s/tonyina)**  
( patata, pebrot, blat de moro, olives )  
**Salmó al forn (s/traces de marisc)**  
Amanida variada  
**logurt natural (s/lactosa)**

29

Hummus de cigrons eco  
**amb torradetes (s/llet)**  
Pernilets de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

30

Cous-cous amb verdures  
( carbassó, ceba i pebrot )  
Salsitxes de gall dindi  
amb samfaina  
Fruita del temps





# MENÚ ABRIL 2026

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

## DIETA:

### SENSE FRUITS SECS

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



6

## FESTIU

7

Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat ( opcional )  
Croquetes de bacallà  
Amanida variada  
Fruita del temps

8

Arròs eco tres delícies ( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
Hamburguesa de coliflor i formatge  
Amanida variada  
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva  
Filet de lluç al forn amb ceba i patata panadera  
Fruita del temps

10

Ensaladilla russa ( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
logurt natural

13

Mongeta verda amb patates a l'allet  
**Fideuà (s/FS) de peix amb calamar**

Fruita del temps

14

Lenties eco a la jardineria ( pèsols, pastanaga, pebrot )  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

15

Amanida de pasta ( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya )  
Cues de rap amb salsa marinera  
Amanida variada  
Fruita del temps

16

Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba)  
Truita eco de carbassó i patata  
Amanida variada

logurt natural

17

Crema de cigrons i pastanaga ( cigrons , pastanaga, patata )  
Macarrons a la bolognesa ( carn de picada de vedella )

Fruita del temps

20

Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Truita francesa  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

**Crema de carbassó** ( Carbassó, patata i ceba )  
Fajites amb verdures pollastre i cigrons eco  
Amanida variada  
Fruita del temps

22

**Tallarines eco amb salsa de tomàquet**  
Filet de lluç al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

23

**SANT JORDI**

**Sopa de lletres (s/FS)**

Pollastre arrebosat casolà amb xips  
Amanida variada  
**Gelat (s/FS)**



24

Panatóx de verdures ( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
Pinxo de llom adobat al forn xampinyons a l'allet  
Fruita natural

27

**Crema de verdures** ( carbassó, pèsols, ceba i patata )

Truita de patates i ceba  
Amanida variada  
Fruita del temps

28

Amanida de patata ( patata, tonyina, blat de moro, olives )  
Salmó al forn  
Amanida variada

logurt natural

29

Hummus de cigrons eco **amb torradetes (s/FS)**  
Pernilets de pollastre al forn  
Amanida variada

Fruita del temps

30

Cous-cous amb verdures ( carbassó, ceba i pebrot )  
Salsitxes de gall dindi amb samfaina

Fruita del temps





# MENÚ ABRIL 2026

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

# DIETA:

SENSE OU  
CRU+FS+PEIX+MARISC+LLEGUMS

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



**FESTIU**

6

Espirals (s/soja) amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat ( opcional )  
Gall dindi al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

7

Arròs amb pastanaga i blat de moro  
Hamburguesa de coliflor i formatge  
Amanida variada  
Fruita del temps

8

Patata bullida amb oli d'oliva  
Trita a la francesa amb ceba i patata panadera  
Fruita del temps

9

Ensaladilla russa (s/pèsols i maionesa) ( mongeta verda, patata, i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
logurt natural

10

13

Mongeta verda amb patates a l'allet  
Trita de patates  
Amanida variada  
Fruita del temps

14

Patates a la jardineria (s/pèsols) (pastanaga, pebrot)  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

15

Amanida de pasta (s/soja) ( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya )  
Pollastre al forn amb salsa marinera (s/pèsols)  
Amanida variada  
Fruita del temps

16

Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba)  
Trita eco de carbassó i patata  
Amanida variada  
logurt natural

17

Crema de pastanaga ( pastanaga, patata )  
Macarrons a la bolognesa (s/soja) ( carn de picada de vedella )  
Fruita del temps

20

Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Trita francesa  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

Crema de carbassó ( Carbassó, patata i ceba )  
Verdures (s/pèsols) amb pollastre  
Amanida variada  
Fruita del temps

22

Tallarines (s/soja) amb salsa de tomàquet  
Trita de patates  
Amanida variada  
Fruita del temps

23

**SANT JORDI**

Sopa de lletres (s/soja, cacauet, FS)  
Pollastre arrebosat (s/soja,FS) casolà amb xips  
Amanida variada  
Gelat (s/soja, cacauet, FS)

24

Panató de verdures (s/pèsols) ( bròquil, pastanaga i patata )  
Pinxo de llonganís adobat al forn xampinyons a l'allet  
Fruita natural

27

Crema de verdures (s/pèsols) ( carbassó, ceba i patata )  
Trita de patates i ceba  
Amanida variada  
Fruita del temps

28

Amanida de patata (s/tonyina) ( patata, pebrot, blat de moro, olives )  
Hamburguesa de coliflor i formatge  
Amanida variada  
logurt natural

29

Verdures al forn (s/pèsols)  
Pernilets de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

30

Cous-cous (s/soja) amb verdures ( carbassó, ceba i pebrot )  
Gall dindi al forn amb samfaina  
Fruita del temps





# MENÚ ABRIL 2026

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

# DIETA:

## SENSE OU

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



6

## FESTIU

7

Espirals (s/ou) amb sofregit de **ceba** i tomàquet amb formatge rallat ( opcional )  
**Rap al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

8

Arròs eco tres delícies ( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
**Gall dindi al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva  
Filet de lluç al forn amb ceba i patata panadera  
Fruita del temps

10

**Ensaladilla russa (s/maionesa)** ( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
logurt natural

13

Mongeta verda amb patates a l'allet  
**Fideuà (s/ou) de peix amb calamar**

Fruita del temps

14

Llenties eco a la jardineria ( pèsols, pastanaga, pebrot )  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

15

**Amanida de pasta (s/ou)** ( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya )  
Cues de rap amb salsa marinera  
Amanida variada  
Fruita del temps

16

Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba)  
**Pollastre al forn**  
Amanida variada

logurt natural

17

Crema de cigrons i pastanaga ( cigrons , pastanaga, patata )  
**Macarrons (s/ou) a la bolognesa** ( carn de picada de vedella )

Fruita del temps

20

Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
**Rap al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

Crema de carbassó amb crostons ( Carbassó, patata i ceba )  
Fajites amb verdures pollastre i cigrons eco  
Amanida variada  
Fruita del temps

22

**Tallarines (s/ou) amb salsa de tomàquet**  
Filet de lluç al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

23

**SANT JORDI**  
**Sopa de lletres (s/ou)**

**Pollastre arrebosat(s/ou) casolà amb xips**  
Amanida variada  
**Gelat (s/ou)**



24

Panatóx de verdures ( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
Pinxo de llom adobat al forn xampinyons a l'allet  
Fruita natural

27

Crema de verdures amb crostons ( carbassó, pèsols, ceba i patata )

**Gall dindi al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

28

Amanida de patata ( patata, tonyina, blat de moro, olives )  
Salmó al forn  
Amanida variada

logurt natural

29

Hummus de cigrons eco **amb torradetes (s/ou)**  
Pernilets de pollastre al forn  
Amanida variada

Fruita del temps

30

**Cous-cous (s/ou) amb verdures ( carbassó, ceba i pebrot )**  
Salsitxes de gall dindi amb samfaina

Fruita del temps





# MENÚ ABRIL 2026

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

# DIETA:

**SENSE OU, FRUITS SECS**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



6

**FESTIU**

7

**Espirals (s/ou) amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat (opcional)**  
**Rap al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

8

Arròs eco tres delícies (pastanaga, pèsols i blat de moro)  
**Gall dindi al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva  
Filet de lluç al forn amb ceba i patata panadera  
Fruita del temps

10

**Ensaladilla russa (s/maionesa)** (mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga)  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
logurt natural

13

Mongeta verda amb patates a l'allet  
**Fideuà (s/ou, FS) de peix amb calamar**

Fruita del temps

14

Llenties eco a la jardineria (pèsols, pastanaga, pebrot)  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

15

**Amanida de pasta (s/ou)** (pasta, enciam, blat moro, olives i pinya)  
Cues de rap amb salsa marinera  
Amanida variada  
Fruita del temps

16

Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba)  
**Pollastre al forn**  
Amanida variada

logurt natural

17

Crema de cigrons i pastanaga (cigrons, pastanaga, patata)  
**Macarrons (s/ou) a la bolognesa** (carn de picada de vedella)

Fruita del temps

20

Amanida d'arròs (Arròs, enciam, blat de moro i olives)  
**Rap al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

**Crema de carbassó** (Carbassó, patata i ceba)  
Fajites amb verdures pollastre i cigrons eco  
Amanida variada  
Fruita del temps

22

**Tallarines (s/ou) amb salsa de tomàquet**  
Filet de lluç al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

23

**SANT JORDI**

**Sopa de lletres (s/ou)**

**Pollastre arrebosat(s/ou) casolà amb xips**  
Amanida variada  
**Gelat (s/ou)**



24

Panatóx de verdures (bròquil, pèsols, pastanaga i patata)  
Pinxo de llom adobat al forn xampinyons a l'allet  
Fruita natural

27

**Crema de verdures** (carbassó, pèsols, ceba i patata)

**Gall dindi al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

28

Amanida de patata (patata, tonyina, blat de moro, olives)  
Salmó al forn  
Amanida variada

logurt natural

29

Hummus de cigrons eco amb torradetes (s/ou i FS)  
Pernilets de pollastre al forn  
Amanida variada

Fruita del temps

30

**Cous-cous (s/ou) amb verdures** (carbassó, ceba i pebrot)

Salsitxes de gall dindi amb samfaina

Fruita del temps





# MENÚ ABRIL 2026

# DIETA:

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

**SENSE PELL DE FRUITES**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



6

**FESTIU**

7

Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat ( opcional )  
Croquetes de bacallà  
Amanida variada  
**Fruita del temps (s/peíl)**

8

Arròs eco tres delícies ( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
Hamburguesa de coliflor i formatge  
Amanida variada  
**Fruita del temps (s/peíl)**

9

Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva  
Filet de lluç al forn  
amb ceba i patata panadera  
**Fruita del temps (s/peíl)**

10

Ensaladilla russa ( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
logurt natural

13

Mongeta verda amb patates a l'allet  
Fideuà de peix amb calamar  
**Fruita del temps (s/peíl)**

14

Llenties eco a la jardineria ( pèsols, pastanaga, pebrot )  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
**Fruita del temps (s/peíl)**

15

Amanida de pasta ( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya )  
Cues de rap amb salsa marinera  
Amanida variada  
**Fruita del temps (s/peíl)**

16

Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba)  
Truita eco de carbassó i patata  
Amanida variada  
logurt natural

17

Crema de cigrons i pastanaga ( cigrons , pastanaga, patata )  
Macarrons a la bolognesa ( carn de picada de vedella )  
**Fruita del temps (s/peíl)**

20

Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Truita francesa  
Amanida variada  
**Fruita del temps (s/peíl)**

21

Crema de carbassó amb crostons ( Carbassó, patata i ceba )  
Fajites amb verdures pollastre i cigrons eco  
Amanida variada  
**Fruita del temps (s/peíl)**

22

Tallarines eco amb salsa pesto  
Filet de lluç al forn  
Amanida variada  
**Fruita del temps (s/peíl)**

23

**SANT JORDI**

Sopa de lletres  
Pollastre arrebosat casolà amb xips  
Amanida variada  
\*Gelat

24

Panatóx de verdures ( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
Pinxo de llom adobat al forn xampinyons a l'allet  
**Fruita del temps (s/peíl)**

27

Crema de verdures amb crostons ( carbassó, pèsols, ceba i patata )  
Truita de patates i ceba  
Amanida variada  
**Fruita del temps (s/peíl)**

28

Amanida de patata ( patata, tonyina, blat de moro, olives )  
Salmó al forn  
Amanida variada  
logurt natural

29

Hummus de cigrons eco amb torradetes  
Pernilets de pollastre al forn  
Amanida variada  
**Fruita del temps (s/peíl)**

30

Cous-cous amb verdures ( carbassó, ceba i pebrot )  
**Gall dindi al forn amb samfaina**  
**Fruita del temps (s/peíl)**





# MENÚ ABRIL 2026

# DIETA:

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

**\*SENSE KIVI, PINYA I COCO**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



6

**FESTIU**

7

Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat ( opcional )  
Croquetes de bacallà  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

8

Arròs eco tres delícies ( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
Hamburguesa de coliflor i formatge  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

9

Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva  
Filet de lluç al forn amb ceba i patata panadera  
**\*Fruita del temps**

10

Ensaladilla russa ( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
logurt natural

13

Mongeta verda amb patates a l'allet  
Fideuà de peix amb calamar  
**\*Fruita del temps**

14

Lenties eco a la jardineria ( pèsols, pastanaga, pebrot )  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

15

**Amanida de pasta**  
( pasta, enciam, blat moro, olives i tomàquet )  
Cues de rap amb salsa marinera  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

16

Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba)  
Truita eco de carbassó i patata  
Amanida variada  
logurt natural

17

Crema de cigrons i pastanaga ( cigrons , pastanaga, patata )  
Macarrons a la bolognesa ( carn de picada de vedella )  
**\*Fruita del temps**

20

Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Truita francesa  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

21

Crema de carbassó amb crostons ( Carbassó, patata i ceba )  
Fajites amb verdures pollastre i cigrons eco  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

22

Tallarines eco amb salsa pesto  
Filet de lluç al forn  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

23

**SANT JORDI**

Sopa de lletres  
Pollastre arrebosat casolà amb xips  
Amanida variada  
**\*Gelats**

24

Panató de verdures ( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
Pinxo de llom adobat al forn xampinyons a l'allet  
**\*Fruita del temps**

27

Crema de verdures amb crostons ( carbassó, pèsols, ceba i patata )  
Truita de patates i ceba  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

28

Amanida de patata ( patata, tonyina, blat de moro, olives )  
Salmó al forn  
Amanida variada  
logurt natural

29

Hummus de cigrons eco amb torradetes  
Pernils de pollastre al forn  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

30

Cous-cous amb verdures ( carbassó, ceba i pebrot )  
**Gall dindi al forn amb samfaina**  
**\*Fruita del temps**





# MENÚ ABRIL 2026

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

# DIETA:

**\*SENSE FRUITS VERMELLS**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



6

**FESTIU**

7

Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat ( opcional )  
Croquetes de bacallà  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

8

Arròs eco tres delícies ( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
Hamburguesa de coliflor i formatge  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

9

Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva  
Filet de lluç al forn amb ceba i patata panadera  
**\*Fruita del temps**

10

Ensaladilla russa ( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
logurt natural

13

Mongeta verda amb patates a l'allet  
Fideuà de peix amb calamar  
**\*Fruita del temps**

14

Lenties eco a la jardineria ( pèsols, pastanaga, pebrot )  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

15

Amanida de pasta ( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya )  
Cues de rap amb salsa marinera  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

16

Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba)  
Trita eco de carbassó i patata  
Amanida variada  
logurt natural

17

Crema de cigrons i pastanaga ( cigrons , pastanaga, patata )  
Macarrons a la bolognesa ( carn de picada de vedella )  
**\*Fruita del temps**

20

Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Trita francesa  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

21

Crema de carbassó amb crostons ( Carbassó, patata i ceba )  
Fajites amb verdures pollastre i cigrons eco  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

22

Tallarines eco amb salsa pesto  
Filet de lluç al forn  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

23

**SANT JORDI**

Sopa de lletres  
Pollastre arrebosat casolà amb xips  
Amanida variada  
**\*Gelats**

24

Panató de verdures ( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
Pinxo de llom adobat al forn xampinyons a l'allet  
**\*Fruita del temps**

27

Crema de verdures amb crostons ( carbassó, pèsols, ceba i patata )  
Trita de patates i ceba  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

28

Amanida de patata ( patata, tonyina, blat de moro, olives )  
Salmó al forn  
Amanida variada  
logurt natural

29

Hummus de cigrons eco amb torradetes  
Pernils de pollastre al forn  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

30

Cous-cous amb verdures ( carbassó, ceba i pebrot )  
**Gall dindi al forn amb samfaina**  
**\*Fruita del temps**





# MENÚ ABRIL 2026

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

## DIETA:

**\*SENSE MANGO**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



6

**FESTIU**

7

Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat ( opcional )  
Croquetes de bacallà  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

8

Arròs eco tres delícies ( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
Hamburguesa de coliflor i formatge  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

9

Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva  
Filet de lluç al forn amb ceba i patata panadera  
**\*Fruita del temps**

10

Ensaladilla russa ( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
logurt natural

13

Mongeta verda amb patates a l'allet  
Fideuà de peix amb calamar  
**\*Fruita del temps**

14

Lenties eco a la jardineria ( pèsols, pastanaga, pebrot )  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

15

**Amanida de pasta**  
( pasta, enciam, blat moro, olives i tomàquet )  
Cues de rap amb salsa marinera  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

16

Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba)  
Truita eco de carbassó i patata  
Amanida variada  
logurt natural

17

Crema de cigrons i pastanaga ( cigrons , pastanaga, patata )  
Macarrons a la bolognesa ( carn de picada de vedella )  
**\*Fruita del temps**

20

Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Truita francesa  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

21

Crema de carbassó amb crostons ( Carbassó, patata i ceba )  
Fajites amb verdures pollastre i cigrons eco  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

22

Tallarines eco amb salsa pesto  
Filet de lluç al forn  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

23

**SANT JORDI**

Sopa de lletres  
Pollastre arrebosat casolà amb xips  
Amanida variada  
**\*Gelats**

24

Panató de verdures ( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
Pinxo de llom adobat al forn xampinyons a l'allet  
**\*Fruita del temps**

27

Crema de verdures amb crostons ( carbassó, pèsols, ceba i patata )  
Truita de patates i ceba  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

28

Amanida de patata ( patata, tonyina, blat de moro, olives )  
Salmó al forn  
Amanida variada  
logurt natural

29

Hummus de cigrons eco amb torradetes  
Pernils de pollastre al forn  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

30

Cous-cous amb verdures ( carbassó, ceba i pebrot )  
**Gall dindi al forn amb samfaina**  
**\*Fruita del temps**





# MENÚ ABRIL 2026

# DIETA:

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

**\*SENSE MELÓ**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



6

**FESTIU**

7

Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat ( opcional )  
Croquetes de bacallà  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

8

Arròs eco tres delícies ( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
Hamburguesa de coliflor i formatge  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

9

Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva  
Filet de lluç al forn amb ceba i patata panadera  
**\*Fruita del temps**

10

Ensaladilla russa ( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
logurt natural

13

Mongeta verda amb patates a l'allet  
Fideuà de peix amb calamar  
**\*Fruita del temps**

14

Llenties eco a la jardineria ( pèsols, pastanaga, pebrot )  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

15

**Amanida de pasta**  
( pasta, enciam, blat moro, olives i tomàquet )  
Cues de rap amb salsa marinera  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

16

Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba)  
Truita eco de carbassó i patata  
Amanida variada  
logurt natural

17

Crema de cigrons i pastanaga ( cigrons , pastanaga, patata )  
Macarrons a la bolognesa ( carn de picada de vedella )  
**\*Fruita del temps**

20

Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Truita francesa  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

21

Crema de carbassó amb crostons ( Carbassó, patata i ceba )  
Fajites amb verdures pollastre i cigrons eco  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

22

Tallarines eco amb salsa pesto  
Filet de lluç al forn  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

23

**SANT JORDI**

Sopa de lletres  
Pollastre arrebosat casolà amb xips  
Amanida variada  
**\*Gelats**

24

Panató de verdures ( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
Pinxo de llom adobat al forn xampinyons a l'allet  
**\*Fruita del temps**

27

Crema de verdures amb crostons ( carbassó, pèsols, ceba i patata )  
Truita de patates i ceba  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

28

Amanida de patata ( patata, tonyina, blat de moro, olives )  
Salmó al forn  
Amanida variada  
logurt natural

29

Hummus de cigrons eco amb torradetes  
Pernils de pollastre al forn  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

30

Cous-cous amb verdures ( carbassó, ceba i pebrot )  
**Gall dindi al forn amb samfaina**  
**\*Fruita del temps**





# MENÚ ABRIL 2026

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

## DIETA:

### SENSE LLEGUMS

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



6

## FESTIU

7

Espirals (s/soja) amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat ( opcional )  
Rap al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

8

Arròs amb pastanaga i blat de moro  
Hamburguesa de coliflor i formatge  
Amanida variada  
Fruita del temps

9

Patata bullida amb oli d'oliva  
Filet de lluç al forn amb ceba i patata panadera  
Fruita del temps

10

Ensaladilla russa (s/pèsols i maionesa) ( mongeta verda, patata, i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
logurt natural

13

Mongeta verda amb patates a l'allet  
Fideuà (s/soja) de peix amb calamar

Fruita del temps

14

Patates a la jardineria (s/pèsols) (pastanaga, pebrot)  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

15

Amanida de pasta (s/soja) ( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya )  
Cues de rap amb salsa marinera (s/pèsols)  
Amanida variada  
Fruita del temps

16

Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba)  
Trita eco de carbassó i patata  
Amanida variada

logurt natural

17

Crema de pastanaga ( pastanaga, patata )  
Macarrons a la bolognesa (s/soja) ( carn de picada de vedella )

Fruita del temps

20

Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Trita francesa  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

Crema de carbassó ( Carbassó, patata i ceba )  
Verdures (s/pèsols) amb pollastre  
Amanida variada  
Fruita del temps

22

Tallarines (s/soja) amb salsa pesto  
Filet de lluç al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

23

SANT JORDI

Sopa de lletres (s/soja, cacauet)  
Pollastre arrebosat (s/soja) casolà amb xips  
Amanida variada  
Gelats (s/soja, cacauet)



24

Panató de verdures (s/pèsols) ( bròquil, pastanaga i patata )  
Pinxo de llom adobat al forn xampinyons a l'allet  
Fruita natural

27

Crema de verdures (s/pèsols) ( carbassó, ceba i patata )

Trita de patates i ceba  
Amanida variada  
Fruita del temps

28

Amanida de patata ( patata, tonyina, blat de moro, olives )  
Salmó al forn  
Amanida variada

logurt natural

29

Verdures al forn (s/pèsols)  
Pernilets de pollastre al forn  
Amanida variada

Fruita del temps

30

Cous-cous (s/soja) amb verdures ( carbassó, ceba i pebrot )  
Gall dindi al forn amb samfaina

Fruita del temps





## MENÚ ABRIL 2026

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

## DIETA:

**SENSE FRUITS SECS I MARISC**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



6

**FESTIU**

7

Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat ( opcional )  
**Gall dindi al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

8

Arròs eco tres delícies ( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
Hamburguesa de coliflor i formatge  
Amanida variada  
Fruita del temps

9

Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva  
**Filet de lluç (s/traces de marisc) al forn** amb ceba i patata panadera  
Fruita del temps

10

Ensaladilla russa ( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
logurt natural

13

Mongeta verda amb patates a l'allet  
**Truita de patates**  
**Amanida variada**  
Fruita del temps

14

Llenties eco a la jardinera ( pèsols, pastanaga, pebrot )  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

15

Amanida de pasta ( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya )  
**Cues de rap (s/traces de marisc) amb salsa marinera**  
Amanida variada  
Fruita del temps

16

Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba)  
Truita eco de carbassó i patata  
Amanida variada  
logurt natural

17

Crema de cigrons i pastanaga ( cigrons , pastanaga, patata )  
Macarrons a la bolognesa ( carn de picada de vedella )  
Fruita del temps

20

Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Truita francesa  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

**Crema de carbassó** ( Carbassó, patata i ceba )  
Fajites amb verdures pollastre i cigrons eco  
Amanida variada  
Fruita del temps

22

Tallarines eco amb salsa de tomàquet  
**Filet de lluç (s/traces de marisc) al forn**  
Amanida variada  
Fruita del temps

23

**SANT JORDI**

**Sopa de lletres (s/FS i peix)**



Pollastre arrebosat casolà amb xips  
Amanida variada  
**Gelat (s/FS)**

24

Panatóx de verdures ( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
Pinxo de lllom adobat al forn xampinyons a l'allet  
Fruita natural

27

**Crema de verdures** ( carbassó, pèsols, ceba i patata )  
Truita de patates i ceba  
Amanida variada  
Fruita del temps

28

**Amanida de patata (s/tonyina) ( patata, pebrot,blat de moro, olives )**  
**Salmó al forn (s/traces de marisc)**  
Amanida variada  
logurt natural

29

Hummus de cigrons eco amb torradetes (s/FS)  
Pernilets de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

30

Cous-cous amb verdures ( carbassó, ceba i pebrot )  
Salsitxes de gall dindi amb samfaina  
Fruita del temps



[https://salutpublica.gencat.cat/web/content/minisite/aspocat/promocio\\_salut/alimentacio\\_saludable/02Publicacions/pub\\_alim\\_inf/guia\\_alimentacio\\_saludable\\_etapa\\_escolar/guia\\_alimentacio\\_etapa\\_escolar.pdf](https://salutpublica.gencat.cat/web/content/minisite/aspocat/promocio_salut/alimentacio_saludable/02Publicacions/pub_alim_inf/guia_alimentacio_saludable_etapa_escolar/guia_alimentacio_etapa_escolar.pdf)



## MENÚ ABRIL 2026

## DIETA:

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

**\*SENSE TARONJA, ARANJA, HERBES DE ST JUAN**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



rotació setmana 6

**FESTIU**

6

Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat ( opcional )  
Croquetes de bacallà  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

7

Arròs eco tres delícies ( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
Hamburguesa de coliflor i formatge  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

8

Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva  
Filet de lluç al forn  
amb ceba i patata panadera  
**\*Fruita del temps**

9

Ensaladilla russa ( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
iogurt natural

10

rotació setmana 2

Mongeta verda amb patates a l'allet  
Fideuà de peix amb calamar  
**\*Fruita del temps**

13

Lenties eco a la jardineria ( pèsols, pastanaga, pebrot )  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

14

Amanida de pasta ( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya )  
Cues de rap amb salsa marinera  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

15

Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba)  
Truita eco de carbassó i patata  
Amanida variada  
iogurt natural

16

Crema de cigrons i pastanaga ( cigrons , pastanaga, patata )  
Macarrons a la bolognesa ( carn de picada de vedella )  
**\*Fruita del temps**

17

3R- SETMANA

Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Truita francesa  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

20

Crema de carbassó amb crostons ( Carbassó, patata i ceba )  
Fajites amb verdures  
pollastre i cigrons eco  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

21

Tallarines eco amb salsa pesto  
Filet de lluç al forn  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

22

**SANT JORDI**



Sopa de lletres  
Pollastre arreboscat casolà amb xips  
Amanida variada  
**\*Gelats**

23

Panatóx de verdures ( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
Pinxo de llom adobat al forn  
xampinyons a l'allet  
**\*Fruita del temps**

24

4R- SETMANA

Crema de verdures amb crostons ( carbassó, pèsols, ceba i patata )  
Truita de patates i ceba  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

27

Amanida de patata ( patata, tonyina, blat de moro, olives )  
Salmó al forn  
Amanida variada  
iogurt natural

28

Hummus de cigrons eco amb torradetes  
Pernilets de pollastre al forn  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

29

Cous-cous amb verdures ( carbassó, ceba i pebrot )  
**Gall dindi al forn amb samfaina**  
**\*Fruita del temps**

30



[https://salutpublica.gencat.cat/web/content/minisite/aspocat/promocio\\_salut/alimentacio\\_saludable/02Publicacions/pub\\_alim\\_inf/guia\\_alimentacio\\_saludable\\_etapa\\_escolar/guia\\_alimentacio\\_etapa\\_escolar.pdf](https://salutpublica.gencat.cat/web/content/minisite/aspocat/promocio_salut/alimentacio_saludable/02Publicacions/pub_alim_inf/guia_alimentacio_saludable_etapa_escolar/guia_alimentacio_etapa_escolar.pdf)



## MENÚ ABRIL 2026

## DIETA:

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integrat. Amanits girasol alt amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

**SENSE CIRERA I PELL ROSÀCIES (LTP)**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES



DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



rotació setmana 6	6	<b>FESTIU</b>	7	Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat ( opcional ) Croquetes de bacallà Amanida variada <b>*Fruita del temps (s/pell)</b>	8	Arròs eco tres delícies ( pastanaga, pèsols i blat de moro ) Hamburguesa de coliflor i formatge Amanida variada <b>*Fruita del temps (s/pell)</b>	9	Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva Filet de lluç al forn amb ceba i patata panadera <b>*Fruita del temps (s/pell)</b>	10	Ensaladilla russa ( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga ) Contra cuixa de pollastre al forn Amanida variada logurt natural
	rotació setmana 2	13	Mongeta verda amb patates a l'allet Fideuà de peix amb calamar <b>*Fruita del temps (s/pell)</b>	14	Lenties eco a la jardinera ( pèsols, pastanaga, pebrot ) Aletes de pollastre al forn Amanida variada <b>*Fruita del temps (s/pell)</b>	15	Amanida de pasta ( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya ) Cues de rap amb salsa marinera Amanida variada <b>*Fruita del temps (s/pell)</b>	16	Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba) Truita eco de carbassó i patata Amanida variada  logurt natural	17
3R- SETMANA		20	Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives ) Truita francesa Amanida variada <b>*Fruita del temps (s/pell)</b>	21	Crema de carbassó amb crostons ( Carbassó, patata i ceba ) Fajites amb verdures pollastre i cigrons eco Amanida variada <b>*Fruita del temps (s/pell)</b>	22	Tallarines eco amb salsa pesto Filet de lluç al forn Amanida variada <b>*Fruita del temps (s/pell)</b>	23	<b>SANT JORDI</b> Sopa de lletres Pollastre arrebosat casolà amb xips Amanida variada <b>*Gelats</b> 	24
	4R- SETMANA	27	Crema de verdures amb crostons ( carbassó, pèsols, ceba i patata ) Truita de patates i ceba Amanida variada <b>*Fruita del temps (s/pell)</b>	28	Amanida de patata ( patata, tonyina, blat de moro, olives ) Salmó al forn Amanida variada  logurt natural	29	Hummus de cigrons eco amb torradetes Pernilets de pollastre al forn Amanida variada <b>*Fruita del temps (s/pell)</b>	30	Cous-cous amb verdures ( carbassó, ceba i pebrot ) <b>Gall dindi al forn amb samfaina</b>  <b>*Fruita del temps (s/pell)</b> 	

[https://salutpublica.gencat.cat/web/conten/minisite/aspocat/promocio\\_salut/alimentacio\\_saludable/02Publicacions/pub\\_alim\\_inf/guia\\_alimentacio\\_saludable\\_etapa\\_escolar/guia\\_alimentacio\\_etapa\\_escolar.pdf](https://salutpublica.gencat.cat/web/conten/minisite/aspocat/promocio_salut/alimentacio_saludable/02Publicacions/pub_alim_inf/guia_alimentacio_saludable_etapa_escolar/guia_alimentacio_etapa_escolar.pdf)



## MENÚ ABRIL 2026

## DIETA:

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

**\*SENSE POMA I SÍNDRIA**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



rotació setmana 6

**FESTIU**

6

Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat ( opcional )  
Croquetes de bacallà  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

7

Arròs eco tres delícies ( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
Hamburguesa de coliflor i formatge  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

8

Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva  
Filet de lluç al forn  
amb ceba i patata panadera  
**\*Fruita del temps**

9

Ensaladilla russa ( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
logurt natural

10

rotació setmana 2

Mongeta verda amb patates a l'allet  
Fideuà de peix amb calamar  
**\*Fruita del temps**

13

Lenties eco a la jardinera ( pèsols, pastanaga, pebrot )  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

14

Amanida de pasta ( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya )  
Cues de rap amb salsa marinera  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

15

Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba)  
Truita eco de carbassó i patata  
Amanida variada  
logurt natural

16

Crema de cigrons i pastanaga ( cigrons , pastanaga, patata )  
Macarrons a la bolognesa ( carn de picada de vedella )  
**\*Fruita del temps**

17

3R- SETMANA

Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Truita francesa  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

20

Crema de carbassó amb crostons ( Carbassó, patata i ceba )  
Fajites amb verdures  
pollastre i cigrons eco  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

21

Tallarines eco amb salsa pesto  
Filet de lluç al forn  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

22

**SANT JORDI**



Sopa de lletres  
Pollastre arrebosat casolà amb xips  
Amanida variada  
**\*Gelats**

23

Panató de verdures ( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
Pinxo de llom adobat al forn  
xampinyons a l'allet  
**\*Fruita del temps**

24

4R- SETMANA

Crema de verdures amb crostons ( carbassó, pèsols, ceba i patata )  
Truita de patates i ceba  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

27

Amanida de patata ( patata, tonyina, blat de moro, olives )  
Salmó al forn  
Amanida variada  
logurt natural

28

Hummus de cigrons eco amb torradetes  
Pernilets de pollastre al forn  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

29

Cous-cous amb verdures ( carbassó, ceba i pebrot )  
**Gall dindi al forn amb samfaina**  
**\*Fruita del temps**

30



[https://salutpublica.gencat.cat/web/content/minisite/aspocat/promocio\\_salut/alimentacio\\_saludable/02Publicacions/pub\\_alim\\_inf/guia\\_alimentacio\\_saludable\\_etapa\\_escolar/guia\\_alimentacio\\_etapa\\_escolar.pdf](https://salutpublica.gencat.cat/web/content/minisite/aspocat/promocio_salut/alimentacio_saludable/02Publicacions/pub_alim_inf/guia_alimentacio_saludable_etapa_escolar/guia_alimentacio_etapa_escolar.pdf)



## MENÚ ABRIL 2026

## DIETA:

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

\*SENSE POMA, MELÓ, NECTARINA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



rotació setmana 6

**FESTIU**

6

Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat ( opcional )  
Croquetes de bacallà  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

7

Arròs eco tres delícies ( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
Hamburguesa de coliflor i formatge  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

8

Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva  
Filet de lluç al forn  
amb ceba i patata panadera  
**\*Fruita del temps**

9

Ensaladilla russa ( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
logurt natural

10

rotació setmana 2

Mongeta verda amb patates a l'allet  
Fideuà de peix amb calamar  
**\*Fruita del temps**

13

Lenties eco a la jardineria ( pèsols, pastanaga, pebrot )  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

14

Amanida de pasta ( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya )  
Cues de rap amb salsa marinera  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

15

Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba)  
Truita eco de carbassó i patata  
Amanida variada  
logurt natural

16

Crema de cigrons i pastanaga ( cigrons , pastanaga, patata )  
Macarrons a la bolognesa ( carn de picada de vedella )  
**\*Fruita del temps**

17

3R- SETMANA

Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Truita francesa  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

20

Crema de carbassó amb crostons ( Carbassó, patata i ceba )  
Fajites amb verdures  
pollastre i cigrons eco  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

21

Tallarines eco amb salsa pesto  
Filet de lluç al forn  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

22

**SANT JORDI**



Sopa de lletres  
Pollastre arreboscat casolà amb xips  
Amanida variada  
**\*Gelats**

23

Panatóx de verdures ( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
Pinxo de llom adobat al forn  
xampinyons a l'allet  
**\*Fruita del temps**

24

4R- SETMANA

Crema de verdures amb crostons ( carbassó, pèsols, ceba i patata )  
Truita de patates i ceba  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

27

Amanida de patata ( patata, tonyina, blat de moro, olives )  
Salmó al forn  
Amanida variada  
logurt natural

28

Hummus de cigrons eco amb torradetes  
Pernilets de pollastre al forn  
Amanida variada  
**\*Fruita del temps**

29

Cous-cous amb verdures ( carbassó, ceba i pebrot )  
**Gall dindi al forn amb samfaina**  
**\*Fruita del temps**

30



[https://salutpublica.gencat.cat/web/content/minisite/aspocat/promocio\\_salut/alimentacio\\_saludable/02Publicacions/pub\\_alim\\_inf/guia\\_alimentacio\\_saludable\\_etapa\\_escolar/guia\\_alimentacio\\_etapa\\_escolar.pdf](https://salutpublica.gencat.cat/web/content/minisite/aspocat/promocio_salut/alimentacio_saludable/02Publicacions/pub_alim_inf/guia_alimentacio_saludable_etapa_escolar/guia_alimentacio_etapa_escolar.pdf)



## MENÚ ABRIL 2026

DIETA:

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

**NO CACAUET**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



rotació setmana 6

**FESTIU**

6

Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat ( opcional )  
Croquetes de bacallà  
Amanida variada  
Fruita del temps

7

Arròs eco tres delícies ( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
Hamburguesa de coliflor i formatge  
Amanida variada  
Fruita del temps

8

Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva  
Filet de lluç al forn  
amb ceba i patata panadera  
Fruita del temps

9

Ensaladilla russa ( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
Contra cuixa de pollastre al forn  
Amanida variada  
logurt natural

10

rotació setmana 2

Mongeta verda amb patates a l'allet  
Fideuà de peix amb calamar  
Fruita del temps

13

Lenties eco a la jardinera ( pèsols, pastanaga, pebrot )  
Aletes de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

14

Amanida de pasta ( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya )  
Cues de rap amb salsa marinera  
Amanida variada  
Fruita del temps

15

Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba)  
Truita eco de carbassó i patata  
Amanida variada  
logurt natural

16

Crema de cigrons i pastanaga ( cigrons , pastanaga, patata )  
Macarrons a la bolognesa ( carn de picada de vedella )  
Fruita del temps

17

3R- SETMANA

Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Truita francesa  
Amanida variada  
Fruita del temps

20

Crema de carbassó amb crostons ( Carbassó, patata i ceba )  
Fajites amb verdures  
pollastre i cigrons eco  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

Tallarines eco amb salsa de tomàquet  
Filet de lluç al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

22

**SANT JORDI**

Sopa de lletres (s/cacauet)



Pollastre arrebosat casolà amb xips  
Amanida variada  
Gelats (s/cacauet)

23

Panató de verdures ( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
Pinxo de llom adobat al forn  
xampinyons a l'allet  
Fruita natural

24

4R- SETMANA

Crema de verdures amb crostons ( carbassó, pèsols, ceba i patata )  
Truita de patates i ceba  
Amanida variada  
Fruita del temps

27

Amanida de patata ( patata, tonyina, blat de moro, olives )  
Salmó al forn  
Amanida variada  
logurt natural

28

Hummus de cigrons eco amb torradetes (s/cacauet)  
Perrilets de pollastre al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

29

Cous-cous amb verdures ( carbassó, ceba i pebrot )  
Salsitxes de gall dindi amb samfaina  
Fruita del temps

30



[https://salutpublica.gencat.cat/web/contenut/minisite/aspocat/promocio\\_salut/alimentacio\\_saludable/02Publicacions/pub\\_alim\\_inf/guia\\_alimentacio\\_saludable\\_etapa\\_escolar/guia\\_alimentacio\\_etapa\\_escolar.pdf](https://salutpublica.gencat.cat/web/contenut/minisite/aspocat/promocio_salut/alimentacio_saludable/02Publicacions/pub_alim_inf/guia_alimentacio_saludable_etapa_escolar/guia_alimentacio_etapa_escolar.pdf)



## MENÚ ABRIL 2026

## DIETA:

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits girasol alt amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

**\*SENSE SOJA, ESPINACS, QUINOA, PISTATXO, BLEDES**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



rotació setmana 6	6	7	8	9	10
	<b>FESTIU</b>	Espirals (s/soja) amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat ( opcional ) Rap al forn Amanida variada Fruita del temps	Arròs eco tres delícies ( pastanaga, pèsols i blat de moro ) Hamburguesa de coliflor i formatge Amanida variada Fruita del temps	Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva Filet de lluç al forn amb ceba i patata panadera Fruita del temps	Ensaladilla russa (s/maionesa) ( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga ) Contra cuixa de pollastre al forn Amanida variada logurt natural
rotació setmana 2	13	14	15	16	17
	Mongeta verda amb patates a l'allet Fideuà (s/FS, soja) de peix amb calamar Fruita del temps	Llenties eco a la jardineria ( pèsols, pastanaga, pebrot ) Aletes de pollastre al forn Amanida variada Fruita del temps	Amanida de pasta (s/soja) ( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya ) Cues de rap amb salsa marinera Amanida variada Fruita del temps	Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba) Truita eco de carbassó i patata Amanida variada logurt natural	Crema de cigrons i pastanaga ( cigrons , pastanaga, patata ) Macarrons a la bolognesa (s/soja) ( carn de picada de vedella ) Fruita del temps
3R- SETMANA	20	21	22	23	24
	Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives ) Truita francesa Amanida variada Fruita del temps	Crema de carbassó ( Carbassó, patata i ceba ) *Verdures saltejades amb pollastre i cigrons eco Amanida variada Fruita del temps	Tallarines (s/soja) amb salsa de tomàquet Filet de lluç al forn Amanida variada Fruita del temps	<b>SANT JORDI</b> *Sopa de lletres (s/FS, soja) Pollastre arrebosat (s/soja) casolà amb xips Amanida variada Gelats (s/FS, soja)	Panató de verdures ( bròquil, pèsols, pastanaga i patata ) Pinxo de llom adobat al forn xampinyons a l'allet Fruita natural
4R- SETMANA	27	28	29	30	
	Crema de verdures ( carbassó, pèsols, ceba i patata ) Truita de patates i ceba Amanida variada Fruita del temps	Amanida de patata ( patata, tonyina, blat de moro, olives ) Salmó al forn Amanida variada logurt natural	Hummus de cigrons eco amb torradetes (s/FS,soja) Pernilets de pollastre al forn Amanida variada Fruita del temps	Cous-cous (s/soja) amb verdures ( carbassó, ceba i pebrot ) Gall dindi al forn amb samfaina Fruita del temps	

[https://salutpublica.gencat.cat/web/content/minisite/aspocat/promocio\\_salut/alimentacio\\_saludable/02Publicacions/pub\\_alim\\_inf/guia\\_alimentacio\\_saludable\\_etapa\\_escolar/guia\\_alimentacio\\_etapa\\_escolar.pdf](https://salutpublica.gencat.cat/web/content/minisite/aspocat/promocio_salut/alimentacio_saludable/02Publicacions/pub_alim_inf/guia_alimentacio_saludable_etapa_escolar/guia_alimentacio_etapa_escolar.pdf)



## MENÚ ABRIL 2026

## DIETA:

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

**No tolera OU directament**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES


DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



rotació setmana 6	6	<b>FESTIU</b>	7	Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge rallat ( opcional ) Croquetes de bacallà Amanida variada Fruita del temps	8	Arròs eco tres delícies ( pastanaga, pèsols i blat de moro ) Hamburguesa de coliflor i formatge Amanida variada Fruita del temps	9	Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva Filet de lluç al forn amb ceba i patata panadera Fruita del temps	10	Ensaladilla russa ( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga ) Contra cuixa de pollastre al forn Amanida variada logurt natural
	rotació setmana 2	13	Mongeta verda amb patates a l'allet Fideuà de peix amb calamar Fruita del temps	14	Lenties eco a la jardineria ( pèsols, pastanaga, pebrot ) Aletes de pollastre al forn Amanida variada Fruita del temps	15	Amanida de pasta ( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya ) Cues de rap amb salsa marinera Amanida variada Fruita del temps	16	Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba) <b>Pollastre al forn</b> Amanida variada logurt natural	17
3R- SETMANA		20	Amanida d'arròs ( Arròs, enciam, blat de moro i olives ) <b>Rap al forn</b> Amanida variada Fruita del temps	21	Crema de carbassó amb crostons ( Carbassó, patata i ceba ) Fajites amb verdures pollastre i cigrons eco Amanida variada Fruita del temps	22	Tallarines eco amb salsa pesto Filet de lluç al forn Amanida variada Fruita del temps	23	<b>SANT JORDI</b> Sopa de lletres Pollastre arrebosat casolà amb xips Amanida variada Gelats 	24
	4R- SETMANA	27	Crema de verdures amb crostons ( carbassó, pèsols, ceba i patata ) <b>Gall dindi al forn</b> Amanida variada Fruita del temps	28	Amanida de patata ( patata, tonyina, blat de moro, olives ) Salmó al forn Amanida variada logurt natural	29	Hummus de cigrons eco amb torradetes Pernilets de pollastre al forn Amanida variada Fruita del temps	30	Cous-cous amb verdures ( carbassó, ceba i pebrot ) Salsitxes de gall dindi amb samfaina Fruita del temps	

[https://salutpublica.gencat.cat/web/contenut/minisite/aspocat/promocio\\_salut/alimentacio\\_saludable/02Publicacions/pub\\_alim\\_inf/guia\\_alimentacio\\_saludable\\_etapa\\_escolar/guia\\_alimentacio\\_etapa\\_escolar.pdf](https://salutpublica.gencat.cat/web/contenut/minisite/aspocat/promocio_salut/alimentacio_saludable/02Publicacions/pub_alim_inf/guia_alimentacio_saludable_etapa_escolar/guia_alimentacio_etapa_escolar.pdf)



## MENÚ ABRIL 2026

DIETA:

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

**VEGÀ**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



rotació setmana 6	6	7	8	9	10
	<b>FESTIU</b>	Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet Cigrons saltejats a l'allet Amanida variada Fruita del temps	Arròs eco tres delícies (pastanaga, pèsols i blat de moro) Falafel al forn Amanida variada Fruita del temps	Mongeta blanca eco bullida amb patates i oli d'oliva Verdures al forn Amanida variada Fruita del temps	Ensaladilla russa (s/maionesa) (mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga) Lenties saltejades amb pebrot Amanida variada logurt de soja
rotació setmana 2	13	14	15	16	17
	Mongeta verda amb patates a l'allet Mongetes blanques saltejades amb salsa de tomàquet Fruita del temps	Lenties eco a la jardineria (pèsols, pastanaga, pebrot) Verdures al forn Amanida variada Fruita del temps	Amanida de pasta (pasta, enciam, blat moro, olives i pinya) Cigrons saltejats a l'allet Amanida variada Fruita del temps	Arròs eco amb tomàquet (sofregit de tomàquet i ceba) Mongetes blanques saltejades amb pastanaga Amanida variada logurt de soja	Crema de cigrons i pastanaga (s/llet) (cigrons, pastanaga, patata) Macarrons a la bolognesa de lilegums Fruita del temps
3R- SETMANA	20	21	22	23	24
	Amanida d'arròs (Arròs, enciam, blat de moro i olives) Mongetes blanques saltejades amb pebrot Amanida variada Fruita del temps	Crema de carbassó (s/llet) amb crostons (Carbassó, patata i ceba) Fajites amb verdures i cigrons eco Amanida variada Fruita del temps	Tallarines eco amb salsa de tomàquet Lenties saltejades amb pastanaga Amanida variada Fruita del temps	<b>SANT JORDI</b> Sopa de lletres (s/carn) Falafel al forn amb xips Amanida variada Gelats de gelat	Panató de verdures (bròquil, pèsols, pastanaga i patata) Cigrons saltejats amb tomàquet xampinyons a l'allet Fruita natural
4R- SETMANA	27	28	29	30	
	Crema de verdures (s/llet) amb crostons (carbassó, pèsols, ceba i patata) Cigrons saltejats a l'allet Amanida variada Fruita del temps	Amanida de patata (s/tonyina) (patata, pebrot, blat de moro, olives) Mongetes blanques saltejades amb salsa de tomàquet Amanida variada logurt de soja	Hummus de cigrons eco amb torradetes Verdures al forn Amanida variada Fruita del temps	Cous-cous amb verdures (carbassó, ceba i pebrot) Lenties saltejades amb samfaina Fruita del temps	

[https://salutpublica.gencat.cat/web/conten/minisite/aspocat/promocio\\_salut/alimentacio\\_saludable/02Publicacions/pub\\_alim\\_inf/guia\\_alimentacio\\_saludable\\_etapa\\_escolar/guia\\_alimentacio\\_etapa\\_escolar.pdf](https://salutpublica.gencat.cat/web/conten/minisite/aspocat/promocio_salut/alimentacio_saludable/02Publicacions/pub_alim_inf/guia_alimentacio_saludable_etapa_escolar/guia_alimentacio_etapa_escolar.pdf)



## MENÚ ABRIL 2026

DIETA:

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits girasol alt amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

**VEGÀ SENSE LLET**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



rotació setmana 6

**FESTIU**

6

Espirals amb sofregit de ceba i tomàquet  
Cigrons saltejats a l'allet  
Amanida variada  
Fruita del temps

7

Arròs eco tres delícies  
( pastanaga, pèsols i blat de moro )  
Falafel al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

8

Mongeta blanca eco bullida  
amb patates i oli d'oliva  
Verdures al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

9

Ensaladilla russa (s/maionesa)  
( mongeta verda, patata, pèsols i pastanaga )  
Llenties saltejades amb pebrot  
Amanida variada  
logurt de soja

10

rotació setmana 2

Mongeta verda amb patates  
a l'allet  
Mongetes blanques saltejades  
amb salsa de tomàquet  
Fruita del temps

13

Llenties eco a la jardinera  
( pèsols, pastanaga, pebrot )  
Verdures al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

14

Amanida de pasta  
( pasta, enciam, blat moro, olives i pinya )  
Cigrons saltejats  
a l'allet  
Amanida variada  
Fruita del temps

15

Arròs eco amb tomàquet  
(sofregit de tomàquet i ceba)  
Mongetes blanques saltejades  
amb pastanaga  
Amanida variada  
logurt de soja

16

Crema de cigrons i pastanaga (s/llet)  
( cigrons , pastanaga, patata )  
Macarrons a la bolognesa de lilegums  
Fruita del temps

17

3R- SETMANA

Amanida d'arròs  
( Arròs, enciam, blat de moro i olives )  
Mongetes blanques saltejades amb pebrot  
Amanida variada  
Fruita del temps

20

Crema de carbassó (s/llet)  
( Carbassó, patata i ceba )  
Fajites amb verdures  
i cigrons eco  
Amanida variada  
Fruita del temps

21

Tallarines eco amb  
salsa de tomàquet  
Llenties saltejades amb pastanaga  
Amanida variada  
Fruita del temps

22

**SANT JORDI**

Sopa de lletres (s/carn)  
Falafel al forn amb xips (s/llet)  
Amanida variada  
Gelats de gel

23

Panatóx de verdures  
( bròquil, pèsols, pastanaga i patata )  
Cigrons saltejats amb tomàquet  
xampinyons a l'allet  
Fruita natural

24

4R- SETMANA

Crema de verdures (s/llet)  
( carbassó, pèsols, ceba i patata )  
Cigrons saltejats a l'allet  
Amanida variada  
Fruita del temps

27

Amanida de patata (s/tonyina)  
( patata, pebrot, blat de moro, olives )  
Mongetes blanques saltejades  
amb salsa de tomàquet  
Amanida variada  
logurt de soja

28

Hummus de cigrons eco  
amb torradetes (s/llet)  
Verdures al forn  
Amanida variada  
Fruita del temps

29

Cous-cous amb verdures  
( carbassó, ceba i pebrot )  
Llenties saltejades  
amb samfaina  
Fruita del temps

30



[https://salutpublica.gencat.cat/web/content/minisite/aspocat/promocio\\_salut/alimentacio\\_saludable/02Publicacions/pub\\_alim\\_inf/guia\\_alimentacio\\_saludable\\_etapa\\_escolar/guia\\_alimentacio\\_etapa\\_escolar.pdf](https://salutpublica.gencat.cat/web/content/minisite/aspocat/promocio_salut/alimentacio_saludable/02Publicacions/pub_alim_inf/guia_alimentacio_saludable_etapa_escolar/guia_alimentacio_etapa_escolar.pdf)



## MENÚ ABRIL 2026

DIETA:

Tots els menús estan acompanyats amb aigua i pa integral. Amanits amb oli d'oliva i cuinats amb oli d'oliva o olèic i sal iodada.

**BAIXA EN POTASSI**

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



# SETMANA SANTA



rotació setmana 6

6

**FESTIU**

7

Espirals blancs amb oli i orenga  
Rap al forn  
\*Amanida variada (s/olives)  
\*Fruita del temps

8

Arròs blanc amb daus de pastanaga  
Gall dindi al forn  
\*Amanida variada (s/olives)  
\*Fruita del temps

9

Verdures al forn  
(ceba, pebrot i carbassó)  
Filet de lluç al forn  
amb ceba  
\*Fruita del temps

10

Mongeta verda amb pastanaga bullida  
Contra cuixa de pollastre al forn  
\*Amanida variada (s/olives)  
logurt natural

rotació setmana 2

13

Mongeta verda amb pastanaga bullida  
Truita a la francesa  
\*Amanida variada (s/olives)  
  
\*Fruita del temps

14

Arròs blanc amb daus de pebrot  
Aletes de pollastre al forn  
\*Amanida variada (s/olives)  
\*Fruita del temps

15

Pasta blanca amb daus de pastanaga  
Cues de rap al forn  
\*Amanida variada (s/olives)  
\*Fruita del temps

16

Arròs blanc amb oli i orenga  
Pollastre al forn  
\*Amanida variada (s/olives)  
  
logurt natural

17

Macarrons amb daus de pastanaga  
Abadejo al forn  
\*Amanida variada (s/olives)  
  
\*Fruita del temps

3R- SETMANA

20

Arròs blanc amb oli i orenga  
Truita francesa  
\*Amanida variada (s/olives)  
\*Fruita del temps

21

Carbassó i ceba al forn  
Verdures ( carbassó, ceba i pebrot )  
saltejades amb pollastre  
\*Amanida variada (s/olives)  
\*Fruita del temps

22

Tallarines blancs amb  
daus de carbassó  
Filet de lluç al forn  
\*Amanida variada (s/olives)  
\*Fruita del temps

23

**SANT JORDI**



Arròs blanc amb oli i orenga  
Pollastre al forn  
\*Amanida variada (s/olives)  
logurt natural

24

Bròquil i pastanaga bullida  
Truita francesa  
\*Amanida variada (s/olives)  
\*Fruita del temps

4R- SETMANA

27

Arròs blanc amb daus de carbassó  
Gall dindi al forn  
\*Amanida variada (s/olives)  
\*Fruita del temps

28

Cous-cous amb daus de pebrot  
Salmó al forn  
\*Amanida variada (s/olives)  
  
logurt natural

29

Arròs blanc amb oli i orenga  
Pernilets de pollastre al forn  
\*Amanida variada (s/olives)  
\*Fruita del temps

30

Cous-cous amb verdures  
( carbassó, ceba i pebrot )  
Gall dindi al forn  
\*Amanida variada (s/olives)  
  
\*Fruita del temps

