



Menú General mes d' abril de 2019
(amb suggeriments de sopars per a complementar el menú a casa)

DILLUNS	1	DIMARTS	2	DIMECRES	3	DIJOUS	4	DIVENDRES	5
CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES		PURÉ DE VERDURES I LLEGUMS		TALLARINS AMB BACO I SALSA DE TOMÀTIGA (1,3)		SOPA DE BROU DE PEIX DE ROCA AMB GAMBETES(1,3,4,10)		ARRÒS SALTEJAT AMB PASTANAGA, PESOL, PEBRE VERMELL, PORRO I BLAT DE MORO	
TRUITA DE CARABASSÍ		BOQUERON ENFARINAT (1,2,3,4)		RODÓ D'INDIOT A LA PLANXA		POLLASTRE AL FORN		MEDALLONS DE LLUÇ AL VAPOR	
ENSALADA DE TOMÀTIGA, LLETUGA I TONYINA (4)		AMANIDA DE FULLES DE ROURE, LLETUGA I PASTANAGA		MINESTRA DE VERDURES		VERDURES I PATATES ROSTIDES		MONGETES SALTEJADES I XAMPINYONS	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT (7)		FRUITA ECOLÒGICA	
Suggeriment de sopar: <i>Arròs amb verdures i indiots saltejat</i>		Suggeriment de sopar: <i>Sopa de pasta i pollastre amb llimona i carabassí</i>		Suggeriment de sopar: <i>Llom de lluç arrebossat amb patata i ensalada</i>		Suggeriment de sopar: <i>Truita de patata i ceba amb ensalada</i>		Suggeriment de sopar: <i>Llom amb formatge i ensalada tipus César</i>	
<i>Fruita de temporada</i>		<i>Fruita de temporada</i>		<i>Fruita de temporada</i>		<i>Fruita de temporada</i>		<i>Fruita de temporada</i>	
DILLUNS	8	DIMARTS	9	DIMECRES	10	DIJOUS	11	DIVENDRES	12
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES i carabassa ecològica		ESPAGUETI A LA BOLONYESA (amb pasta integral) (1,3)		SOPA DE BROU DE CARN AMB FIDEVÍ (1,3)		PURÉ DE VERDURES I CIURONS		ARRÒS 5 DELÍCIES (pèsols, pastanaga, mongetes, truita i pebre) (3)	
NUGGETS DE POLLASTRE (1,3)		HOCKY AL FORN AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (4)		PITERA DE POLLASTRE AMB CEBA		HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA		SALMÓ AL FORN (4)	
ENSALADA DE TOMÀTIGA I FORMATGE (7)		LLETUGA, PASTANAGA I OLIVES		PATATES FREGIDES		AMANIDA DE CANONGES I TOMÀTIGA XERRY		BRÓCOLI I PASTANAGA	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT (7)		FRUITA ECOLÒGICA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: <i>Ou a la planxa amb saltejat de ceba, pebre vermell i patata</i>		Suggeriment de sopar: <i>Cuinat de lleties amb verdures i patata</i>		Suggeriment de sopar: <i>Truita de patata i carabassí amb ensalada</i>		Suggeriment de sopar: <i>Ensalada de couscous amb formatge i nous</i>		Suggeriment de sopar: <i>Fajitas de pollastre amb ceba, pebres i pastanaga</i>	
<i>Fruita de temporada</i>		<i>Fruita de temporada</i>		<i>Fruita de temporada</i>		<i>Fruita de temporada</i>		<i>Fruita de temporada</i>	
DILLUNS	15	DIMARTS	16	DIMECRES	17	DIJOUS	18	DIVENDRES	19
CUINAT DE LLETIES AMB VERDURES (carabassà ecològica)		PURÉ DE PORROS AMB PARMESÀ (7)		ENSALADA DE CIURONS AMB PATATA, TONYINA I OU BULLIT (3,4)		Vacances de Pasqua			
TRUITA FRANCESA		PILOTES DE CARN MIXTA		LENGUADO AL FORN					
ENSALADA DE LLETUGUES VARIADES, CEBA I TOMÀTIGA XERRY		SALSA DE TOMÀTIGA I PATATES		LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES (4)					
FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT (7)		FRUITA ECOLÒGICA					
Suggeriment de sopar: <i>Llom de lluç amb ceba, porros, pastanaga i patata</i>		Suggeriment de sopar: <i>Truita de patata i ceba amb ensalada</i>		Suggeriment de sopar: <i>Puré de verdures i pizza variada</i>					
<i>Fruita de temporada</i>		<i>Fruita de temporada</i>		<i>Fruita de temporada</i>					
DILLUNS	22	DIMARTS	23	DIMECRES	24	DIJOUS	25	DIVENDRES	26
Vacances de Pasqua									
DILLUNS	29	DIMARTS	30						
CUINAT DE CIURONS I VERDURES		MACARRONS A LA BOLONYESA (1,3)							
RABAS DE CALAMAR (1,3,4)		LLUÇ AMB PICADA D'ALL I JULIVERT							
ENSALADA DE LLETUGUES VARIADES I PASTANAGA		MINESTRA DE VERDURES							
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA							
Suggeriment de sopar: <i>Ou bullit amb patata i verdures</i>		Suggeriment de sopar: <i>Amanida d'arròs amb pollastre</i>							
Suggeriment de sopar:		Suggeriment de sopar:							

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Cereals amb gluten i derivats 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacahuets 6: Soia 7: Llet 8: Fruits Secs amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Diòx. de sofre i sulfits 13: Altramussos 14: Mol·luscos i derivats