

MENÚ SENSE PORC ABRIL 25 ESCOLA CATALUNYA



DILLUNS	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
	Bròquil amb patata al forn Salsitxes de pollastre amb forn amb ceba caramel.litzada Fruita de temporada	Macarrons integrals amb tomàquet Abadejo al forn amb verdures Fruita de temporada	Arròs amb sofregit de tomàquet Trita francesa amb enciam, pastanaga i olives Fruita de temporada	Vichyssoise amb crostons Pernilets de pollastre rostit amb samfaina logurt natural
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
Mongeta verda amb patata Trita de carbassó amb enciam, blat de moro i pastanaga Fruita de temporada	Mongeta blanca amb all i julivert Hamburguesa de coliflor i formatge amb enciam,tomàquet i cogombre Fruita de temporada	Arròs a la Milanesa de verdures Botifarra de pollastre amb xampinyons logurt de maduixa	Amanida d'espivals amb tomàquet, pastanaga, olives i blat de moro Estofat de gall dindi Fruita de temporada	Sopa de verdures amb pasta menuda Salmó al forn amb enciam, olives i blat de moro Fruita de temporada
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
SETMANA SANTA	SETMANA SANTA	SETMANA SANTA	SETMANA SANTA	SETMANA SANTA
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
SETMANA SANTA	Llenties estofades amb verdures Croquetes de pollastre amb enciam, olives i pastanaga Fruita de temporada	Brou casolà amb pasta Hamburguesa vedella amb enciam, tomàquet i cogombre Postres especial St Jordi	Espirals al pesto Lluç al forn a les fines herbes Fruita de temporada	Amanida d'arròs amb tomàquet, olives, pastanaga Trita francesa amb tempura de verdures Fruita de temporada
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS	DIVENDRES
Crema de verdures Macarrons integrals amb bolonyesa de llenties Fruita de temporada	Paella Calamars a l'Andalusa amb enciam, blat de moro i tomàquet Fruita de temporada	Bledes amb patata Mandonguilles de pollastre a la Jardinera Fruita de temporada		

SABIES QUÈ?

Els fruits secs són un aliment enèrgic de qualitat, ric en greix insaturat, proteïnes i fibra. Amb propietats antioxidants(vitamina E), aportació de vitamina B i sals minerals com fòsfor, magnesi, coure i ferro



**SI DINEM LLEGUMS O FÈCULES
PODEM SOPAR
VERDURES CUITES
HORTALISSES CRUES**

**SI DINEM VERDURES
PODEM SOPAR FÈCULES**

**SI DINEM OUS
PODEM SOPAR CARN O PEIX**

**SI DINEM CARN
PODEM SOPAR OUS O PEIX**

**SI DINEM PEIX
PODEM SOPAR CARN O OUS**

**SI DINEM FRUITA
PODEM SOPAR LÀCTICS O FRUITA**

**SI DINEM LÀCTICS
PODEM SOPAR FRUITA**

Fruita de temporada: pera, poma, plàtan, mandarina, taronja. Acompanyament de pa. Amanides amb oli d'oliva.
Els àpats són de consum diari
Temperatura conservació plat calent: 63°C. Temperatura conservació plat fred: 8°C. PEIX SEGONS MERCAT MENÚ ELABORAT SEGONS DIRECTRIUS DE LA GENERALITAT DE CATALUNYA
MENÚ CONSENSUAT AMB AFA
Els menús estan realitzats i revisats per la Sonia Villegas i la Marta Codina, DIETISTES - NUTRICIONISTES col·legiades: CAT000796

