

# MENU BASAL



LUNES / DILLUNS / MONDAY	MARTES / DIMARTS / TUESDAY	MIÉRCOLES / DIMECRES / WEDNESDAY	JUEVES / DIJOUS / THURSDAY	VIERNES / DIVENDRES / FRIDAY
		1	2	3
			Amanida Mendoza Arròs blanc amb tomaca Bunyols de bacallar Fruta de temporada	Amanida Mediterrània Guisat de faves Salsitxes de tiot amb salsa de tomaca natural logurt artesà
			<b>Ensalada Mendoza</b> Arroz blanco con tomate Buñuelos de bacalao Fruta de temporada	<b>Ensalada Mediterránea</b> Guisado de habas Salchichas de pavo con salsa de tomate natural Yogur artesanal
6	7	8	9	10
	Amanida de bròcoli Macarrons bolonyesa Peix al forn amb salsa verda Fruta de temporada	Amanida completa amb ou dur i fruits secs Arròs al forn amb cigrons i carn Fruta de temporada	Amanida Campera Sopa de peix Pollastre al forn amb xampinyons Fruta de temporada	Amanida de primavera Purè de carabassó Magre amb tomaca Fruta de temporada
	<b>Ensalada de bròcoli</b> Macarrones a la boloñesa Pescado al horno en salsa verde con guisantes Fruta de temporada	<b>Ensalada completa con huevo duro y pasas</b> Arroz al horno con garbanzos y carne Fruta de temporada	<b>Ensalada Campera</b> Sopa de pescado Pollo al horno con champiñones Fruta de temporada	<b>Ensalada de primavera</b> Crema de calabacín Magro con tomate Fruta de temporada
13	14	15	16	17
Amanida Mediterrània Guisat de verdures i creïlles Peix a l'andalusa Fruta de temporada	Amanida parisina Sopa de peix de la llotja vilera Mandonguilles amb salsa jardineria Fruta de temporada	Amanida Mendoza Paella valenciana Pernil dolç i formatge Fruta de temporada	Amanida mixta Favada Trita de formatge Fruta de temporada	Amanida de carabassa i formatge Crema de carabassa Peix al forn amb hortalisses Fruta de temporada
<b>Ensalada Mediterránea</b> Guisado de verduras y patatas Pescado a la andaluza Fruta de temporada	<b>Ensalada parisina</b> Sopa de pescado de la lonja Vilera Albóndigas a la jardineria Fruta de temporada	<b>Ensalada Mendoza</b> Paella valenciana Jamón cocido y queso Fruta de temporada	<b>Ensalada mixta</b> Fabada Tortilla de queso Fruta de temporada	<b>Ensalada de calabaza y queso</b> Crema de calabaza Pescado al horno con hortalizas Fruta de temporada
20	21	22	23	24
Amanida de primavera Sopa de fideus Pollastre en salsa amb creïlles Fruta de temporada	Amanida marinera Potatge de cigrons i verdures Trita de formatge Fruta de temporada	Amanida completa amb ou dur i fruits secs Fideuà de peix de la llotja Vilera Fruta de temporada	Amanida Mendoza Guisat de pollastre Peix al forn amb salsa pebrerets Fruta de temporada	Amanida mixta Crema de verdures Lasanya casolana de pollastre Fruta de temporada
<b>Ensalada de primavera</b> Sopa de fideos Pollo en salsa Fruta de temporada	<b>Ensalada marinera</b> Potaje de garbanzos con verduras Tortilla de queso Fruta de temporada	<b>Ensalada completa con huevo duro y pasas</b> Fideuá de pescado de la lonja Vilera Fruta de temporada	<b>Ensalada Mendoza</b> Guisado de pollo Pescado al horno con salsa "pebrerets" Fruta de temporada	<b>Ensalada mixta</b> Crema de verduras Lasaña Casera de pollo Fruta de temporada
27	28	29	30	31
Amanida Campera Llentilles amb bledes de proximitat Trita de tonyina Fruta de temporada	Amanida de col Sopa d'estrelletes Hamburguesa completa amb formatge i ketchup Gelato	Amanida completa amb ou dur i fruits secs Paella de verdures logurt artesà	Amanida valenciana Guisat de bacallar Cinta de llom amb salsa de verdures Fruta de temporada	Amanida Mediterrània Crema de llegums Peix arrebossat amb tomaca "cherry" Fruta de temporada
<b>Ensalada Campera</b> Lentejas con acelgas de proximidad Tortilla de atún Fruta de temporada	<b>Ensalada de col</b> Sopa de estrellitas Hamburguesa completa con queso y ketchup Helado	<b>Ensalada completa con huevo duro y pasas</b> Paella de verduras Yogur artesanal	<b>Ensalada valenciana</b> Guisado de bacalao Cinta de lomo con salsa de verduras Fruta de temporada	<b>Ensalada Mediterránea</b> Crema de legumbres Pescado empanado con tomate cherry Fruta de temporada

# MAIG MAYO

## \*PROPOSTA DE SOPARS / \*PROPUESTA CENAS

El trabajo más productivo,  
es aquel que sale de una  
persona feliz...

El treball més  
productiu, és aquell  
que ix d'una persona feliç...

LUNES / DILLUNS / MONDAY	MARTES / DIMARTS / TUESDAY	MIÉRCOLES / DIMECRES / WEDNESDAY	JUEVES / DIJOUS / THURSDAY	VIERNES / DIVENDRES / FRIDAY
		1	2 <b>SOPAR · CENA · DINNER</b> Quinoa amb carlota, bròcoli i gambetes. logurt. <i>Quinoa con zanahoria, bròcoli y gambas. Yogur.</i>	3 <b>SOPAR · CENA · DINNER</b> Macarrons amb cebeta i bròcoli. Hamburguesa de vedella. Fruita. <i>Macarrones con cebolla y bròcoli. Hamburguesa de ternera. Fruta.</i>
4 <b>SOPAR · CENA · DINNER</b> Lluç al forn amb creïlla i pebre. Fruita. <i>Merluza al horno con patata y pimiento. Fruta.</i>	7 <b>SOPAR · CENA · DINNER</b> Fesols amb espàrrecs i xampinyons. logurt. <i>Alubias con espárragos y champiñones. Yogur.</i>	8 <b>SOPAR · CENA · DINNER</b> Espinacs amb pernil salad. Daus de tofu amb moniato al forn. Fruita. <i>Espinacas con jamón serrano. Dados de tofu con boniato al horno. Fruta.</i>	9 <b>SOPAR · CENA · DINNER</b> Faves guisades amb ceba, creïlla i ou. Fruita. <i>Guiso de habas con cebolla, patata y huevo. Fruta.</i>	10 <b>SOPAR · CENA · DINNER</b> Arròs amb pebre i daus de pollastre. Fruita. <i>Arroz con pimiento y dados de pollo. Fruta.</i>
13 <b>SOPAR · CENA · DINNER</b> Lentilles amb cebeta i tomaca. Pintxo de truita. Fruita. <i>Lentejas con cebolla y tomate. Pincho de tortilla. Fruta.</i>	14 <b>SOPAR · CENA · DINNER</b> Amanida amb fruits secs. Truita. Fruita. <i>Ensalada con frutos secos. Tortilla. Fruta.</i>	15 <b>SOPAR · CENA · DINNER</b> Bollit valencià i salmó. logurt. <i>Hervido valenciano y salmón. Yogur.</i>	16 <b>SOPAR · CENA · DINNER</b> Llenguado i hortalisses al forn. Fruita. <i>Lenguado y hortalizas al horno. Fruta.</i>	17 <b>SOPAR · CENA · DINNER</b> Amanida amb tomaca, alvocat i olives. Hamburguesa de pollastre. Fruita. <i>Ensalada con tomate, aguacate y aceitunas. Hamburguesa de pollo. Fruta.</i>
20 <b>SOPAR · CENA · DINNER</b> Pèsols amb pernil dolç i ou poché. Fruita. <i>Guisantes con jamón cocido y huevo poché. Fruta.</i>	21 <b>SOPAR · CENA · DINNER</b> Amanida amb remolatxa. Llobarro al microones. Fruita. <i>Ensalada con remolacha. Lubina al microondas. Fruta.</i>	22 <b>SOPAR · CENA · DINNER</b> Amanida amb fruits secs. Sardines torrades. Fruita. <i>Ensalada con frutos secos. Sardinas asadas. Fruta.</i>	23 <b>SOPAR · CENA · DINNER</b> Amanida amb daus de pollo. Pa-pizza casolà. Fruita. <i>Ensalada con dados de pollo. Pan-pizza casero. Fruta.</i>	24 <b>SOPAR · CENA · DINNER</b> Amanida amb cigrons, ceba, pebre i tomaca. Sèpia a la planxa. Fruita. <i>Ensalada con garbanzos cebolla, pimiento y tomate. Sepia a la plancha. Fruta.</i>
27 <b>SOPAR · CENA · DINNER</b> Crema de verdures. Llom de porc. logurt. <i>Crema de verduras. Lomo de cerdo. Yogur.</i>	28 <b>SOPAR · CENA · DINNER</b> Arròs amb carabassó i ou dur. Fruita. <i>Arroz con calabacín y huevo duro. Fruta.</i>	29 <b>SOPAR · CENA · DINNER</b> Amanida amb formatge. Llesca de pa amb truita. Fruita. <i>Ensalada con queso. Rebanada de pan con tortilla. Fruta.</i>	30 <b>SOPAR · CENA · DINNER</b> Hummus amb crudités. Lluç amb salsa marinera. Hummus con crudités. <i>Merluza con salsa marinera.</i>	31 <b>SOPAR · CENA · DINNER</b> Minipizza amb base d'albergínia. Peix al forn. Fruita. <i>Minipizza con base de berenjena. Pescado al horno. Fruta.</i>