

Menú sin carne, pescado, huevo, lactosa



LUNES / DILLUNS / MONDAY	MARTES / DIMARTS / TUESDAY	MIÉRCOLES / DIMECRES / WEDNESDAY	JUEVES / DIJOUS / THURSDAY	VIERNES / DIVENDRES / FRIDAY
		1	2 Amanida Mendoza Arròs blanc amb tomaca Varetes de verdures Fruita de temporada Ensalada Mendoza Arroz blanco con tomate Varitas de verdura Fruita de temporada	3 Amanida Mediterrània Guisat de faves Albergina al forn Fruita de temporada Ensalada Mediterrània Guisado de habas Berenjena al horno Fruita de temporada
6 Amanida mixta Llentilles amb bledes de proximitat Varetes de verdures Fruita de temporada Ensalada mixta Lentejas con acelgas de proximitad Varitas de verdura Fruita de temporada	7 Amanida de bròcoli Macarrons amb verdures Carabasseta al forn Fruita de temporada Ensalada de bròcoli Macarrones con verdura Calabacín al horno Fruita de temporada	8 Amanida Campera Paella de verdures Fruita de temporada Ensalada Campera Paella de verdura Fruita de temporada	9 Amanida Campera Sopa juliana Falafel Fruita de temporada Ensalada Campera Sopa juliana Falafel Fruita de temporada	10 Amanida Mendoza Purè de carabassó Rollot de verdures Fruita de temporada Ensalada Mendoza Crema de calabacín Rollito de verduras Fruita de temporada
13 Amanida Mediterrània Guisat de verdures i creïlles Rollot de verdures Fruita de temporada Ensalada Mediterrània Guisado de verduras y patatas Rollito de verduras Fruita de temporada	14 Amanida Mendoza Paella de verdures Varetes de verdures Fruita de temporada Ensalada Mendoza Paella de verdura Varitas de verduras Fruita de temporada	15 Amanida Mendoza Sopa juliana Falafel Fruita de temporada Ensalada Mendoza Sopa juliana Falafel Fruita de temporada	16 Amanida mixta Fesols amb bledes de proximitat Verdures a la planxa Fruita de temporada Ensalada mixta Alubias con acelgas de proximitad Verdura a la plancha Fruita de temporada	17 Amanida Crema de carabassa Albergina al forn Fruita de temporada Ensalada Crema de calabaza Berenjena al horno Fruita de temporada
20 Amanida Mendoza Sopa juliana Falafel Fruita de temporada Ensalada Mendoza Sopa juliana Falafel Fruita de temporada	21 Amanida valenciana Potatge de cigrons i verdures Verdures a la planxa Fruita de temporada Ensalada valenciana Potaje de garbanzos con verduras Verdura a la plancha Fruita de temporada	22 Amanida Campera Fideuà de verdures Fruita de temporada Ensalada Campera Fideua de verduras Fruita de temporada	23 Amanida Mendoza Guisat de verdures i creïlles Varetes de verdures Fruita de temporada Ensalada Mendoza Guisado de verduras y patatas Varitas de verduras Fruita de temporada	24 Amanida mixta Crema de verdures Lasaña vegetal sense lactosa Fruita de temporada Ensalada mixta Crema de verduras Lasaña vegetal sin lactosa Fruita de temporada
27 Amanida Campera Llentilles amb bledes de proximitat Carabassó a la planxa Fruita de temporada Ensalada Campera Lentejas con acelgas de proximitad Calabacín plancha Fruita de temporada	28 Amanida de col Sopa juliana Hamburguesa vegetal amb ketchup Fruita de temporada Ensalada de col Sopa juliana Hamburguesa vegetal con ketchup Fruita de temporada	29 Amanida Mediterrània Crema de llegums Varetes de verdures Fruita de temporada Ensalada Mediterrània Crema de legumbres Varitas de verduras Fruita de temporada	30 Amanida valenciana Guisat de verdures i creïlles Rollot de verdures Fruita de temporada Ensalada valenciana Guisado de verduras y patatas Rollito de verdura Fruita de temporada	31 Amanida Campera Paella de verdures Fruita de temporada Ensalada Campera Paella de verdura Fruita 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 SOPAR · CENA · DINNER Quinoa amb carlota, bròcoli i gambetes. logurt. Quinoa con zanahoria, bròcoli y gambas. Yogur.	3 SOPAR · CENA · DINNER Macarrons amb cebeta i bròcoli. Hamburguesa de vedella. Fruita. Macarrones con cebolla y bròcoli. Hamburguesa de ternera. Fruita.
4 SOPAR · CENA · DINNER Lluç al forn amb creïlla i pebre. Fruita. Merluza al horno con patata y pimiento. Fruita.	7 SOPAR · CENA · DINNER Fesols amb espàrrecs i xampinyons. logurt. Alubias con espárragos y champiñones. Yogur.	6 SOPAR · CENA · DINNER Espinacs amb pernil salat. Daus de tofu amb moniato al forn. Fruita. Espinacas con jamón serrano. Dados de tofu con boniato al horno. Fruita.	9 SOPAR · CENA · DINNER Faves guisades amb ceba, creïlla i ou. Fruita. Guiso de habas con cebolla, patata y huevo. Fruita.	10 SOPAR · CENA · DINNER Arròs amb pebre i daus de pollastre. Fruita. Arroz con pimiento y dados de pollo. Fruita.
13 SOPAR · CENA · DINNER Llentilles amb cebeta i tomaca. Pintxo de truita. Fruita. Lentejas con cebolla y tomate. Pincho de tortilla. Fruita.	14 SOPAR · CENA · DINNER Amanida amb fruits secs. Truita. Fruita. Ensalada con frutos secos. Tortilla. Fruita.	15 SOPAR · CENA · DINNER Bollit valencià i salmó. logurt. Hervido valenciano y salmón. Yogur.	16 SOPAR · CENA · DINNER Llenguado i hortalisses al forn. Fruita. Lenguado y hortalizas al horno. Fruita.	17 SOPAR · CENA · DINNER Amanida amb tomaca, alvocat i olives. Hamburguesa de pollastre. Fruita. Ensalada con tomate, aguacate y aceitunas. Hamburguesa de pollo. Fruita.
20 SOPAR · CENA · DINNER Pésols amb pernil dolç i ou poché. Fruita. Guisantes con jamón cocido y huevo poché. Fruita.	21 SOPAR · CENA · DINNER Amanida amb remolatxa. Llobarro al microones. Fruita. Ensalada con remolacha. Lubina al microondas. Fruita.	22 SOPAR · CENA · DINNER Amanida amb fruits secs. Sardines torrades. Fruita. Ensalada con frutos secos. Sardinas asadas. Fruita.	23 SOPAR · CENA · DINNER Amanida amb daus de pollo. Pa-pizza casolà. Fruita. Ensalada con dados de pollo. Pan-pizza casero. Fruita.	24 SOPAR · CENA · DINNER Amanida amb cigrons, ceba, pebre i tomaca. Sèpia a la planxa. Fruita. Ensalada con garbanzos cebolla, pimiento y tomate. Sepia a la plancha. Fruita.
27 SOPAR · CENA · DINNER Crema de verdures. Llom de porc. logurt. Crema de verduras. Lomo de cerdo. Yogur.	28 SOPAR · CENA · DINNER Arròs amb carabassó i ou dur. Fruita. Arroz con calabacín y huevo duro. Fruita.	29 SOPAR · CENA · DINNER Amanida amb formatge. Llesca de pa amb truita. Fruita. Ensalada con queso. Rebanada de pan con tortilla. Fruita.	30 SOPAR · CENA · DINNER Hummus amb crudités. Lluç amb salsa marinera. Hummus con crudités. Merluza con salsa marinera.	31 SOPAR · CENA · DINNER Minipizza amb base d'albergínia. Peix al forn. Fruita. Minipizza con base de berenjena. Pescado al horno. Fruita.