



1 DIMECRES	
	Fideuà de marisc kCal 673.9
	Ou farcit CH 72.2
	(Guarnició) Amanida variada amb fruita Prot 33.1
	Pa i <i>Mona de Pasqua</i> Lip 28.1
Sopar recomanat	

2 DIJOUS
Vacances

3 DIVENDRES
Vacances

6 DILLUNS
Vacances

7 DIMARTS
Vacances

8 DIMECRES
Vacances

9 DIJOUS
Vacances

10 DIVENDRES
Vacances









































13 DILLUNS	
	Espirals amb tonyina i tomaca kCal 775.3
	Hamburguesa vegetal CH 87.3
	(Guarnició) Amanida variada Prot 42.9
	Pa i fruita Lip 28.8
Sopar recomanat	































14 DIMARTS	
	Estofat de cigrons ECO amb verdures kCal 548.1
	Truita de carabasseta CH 73.4
	<i>Buffet d'amanida</i> Prot 25.7
	Pa integral i fruita Lip 16.7
Sopar recomanat	

15 DIMECRES	
	Sopa de verdures amb llegums kCal 540.4
	Filet de lluç amb salsa verda CH 74.1
	Carlota i creïlla al forn Prot 25.2
	Pa i fruita Lip 14.7
Sopar recomanat	

16 DIJOUS	
	Crema de carabassa kCal 552
	Pa pizza casolà de sanfaina i tonyina CH 96
	(Guarnició) Amanida d'encisam, tomaca i poma a daus Prot 22.1
	Pa integral i Iogurt Lip 8.7
Sopar recomanat	

17 DIVENDRES	
	Arròs al forn (sense carn) kCal 753.7
	<i>Peix de llotja de proximitat</i> CH 85.8
	(Guarnició) Amanida variada Prot 41
	Pa i fruita Lip 27.9
Sopar recomanat	

20	DILLUNS	21	DIMARTS	22	DIMECRES	23	DIJOUS	24	DIVENDRES
 	Llenties a l'hortolana ECO	  	Sopa de peix amb fideus integrals	 	Arròs amb salsa de tomaca casolana		Estofat de verdures, pèsols i creïlles	  	Macarrons integrals a la napolitana
 	Truita francesa amb formatge	  	Falafel al forn amb salsa de tomaca casolana		Ou cuit	 	Mandongulles de bacallà al forn	 	Peix de llotja de proximitat
  	(Guarnició) Amanida variada	  	Buffet d'amanida	 	(Guarnició) Amanida d'encisam, carlota, dacsca i olives	 	Samfaina casolana (carabasseta, pebrera, ceba, tomaca...)	  	(Guarnició) Amanida variada
	Pa i fruita		Pa integral i fruita		Pa i fruita	 	Pa integral i Iogurt artesanal		Pa i fruita
Sopar recomanat		Sopar recomanat		Sopar recomanat		Sopar recomanat		Sopar recomanat	

27	DILLUNS	28	DIMARTS	29	DIMECRES	30	DIJOUS
  	Pasta ECO amb salsa de llegums casolana	  	Arròs del senyoret		Crema de verdures		Cigrons amb bacallà i verdures
	Filet d'abadejo a les fines herbes	 	Montadito de tonyina amb tomaca natural		Filet de lluç amb allada	 	Truita de creïlla
  	(Guarnició) Amanida variada	  	Buffet d'amanida	 	Cuscús amb verdures saltades	  	(Guarnició) Amanida variada
	Pa i fruita		Pa integral i fruita	 	Pa i Iogurt		Pa integral i fruita
Sopar recomanat		Sopar recomanat		Sopar recomanat		Sopar recomanat	



Menús valorats i avalats nutricionalment per Sheila Llop Trencó. (Dietista - Nutricionista COL N.º CV00038)

L'amanida passa a considerar-se guarnició habitual en el plat per a fomentar el consum de verdures fresques.