



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		Lletuga, tomaca, olives 01 Vichyssoise crema de creïlla i porro Cuixa de pollastre a la caçadora amb xampinyó, pimentó roig i porro logurt ☾ <i>SOPAR: Sopa d'au amb sémola i peix blanc en salsa verda. Fruita</i>	2 Festiu	3 Festiu
6 Festiu	7 Festiu	8 Festiu	9 Festiu	10 Festiu
13 Festiu	Natxos amb hummus Arròs al forn amb verdures de primavera Hamburguesa mixta en salsa de hortalisses de porc i vedella al forn Fruita ☾ <i>SOPAR: Tumbet mallorquí i cuixes de pollastre al forn. Fruita</i>	Lletuga, dacsca, pepino 15 ☾ Lentilles ECO camperoles amb creïlla, ceba, safanòria i carabasseta Truita de creïlla i ceba logurt ☾ <i>SOPAR: Wok de verdures i titot a la taronja. Fruita</i>	Lletuga, safanòria, remolatxa 16 Crema mediterrània amb creïlla, ceba, safanòria i porro Aletes de pollastre rostides al forn Fruita ☾ <i>SOPAR: Sopa d'au amb fideus i peix blau al curri. Fruita</i>	Lletuga, tomaca, dacsca, olives 17 Cassoulet de fesols amb hortalisses amb tomaca triturada, carabasseta i all Lluç rostit al forn amb creïlla, safanòria i pimentó roig Fruita ☾ <i>SOPAR: Pizza casolana amb verdures i acompanyament de xips vegetals. Fruita</i>
20 Lletuga, safanòria, dacsca Arròs amb salsa de tomaca Capritxos de calamar Fruita ☾ <i>SOPAR: Fesols tendres amb tomaca i regirat d'ou amb carabasseta. Fruita</i>	Lletuga, llombarda, olives 21 Crema de floricol a l'aroma de anou moscada Cuixa de pollastre a l'estil crioll al forn Fruita ☾ <i>SOPAR: Xampinyó amb allada i peix blanc en salsa de de tomaca. Fruita</i>	Lletuga, safanòria, pepino 22 Cigrons satai amb carabassa, llet de coco, soja i coriandre Truita de creïlla Fruita ☾ <i>SOPAR: Crema de carabassa i estofat de polit. Fruita</i>	Lletuga, tomaca, safanòria, dacsca 23 Macarrons integrals en salsa bolonyesa i formatge gratinat amb carn picada de porc i tomaca Ou dur amb formatge logurt ☾ <i>SOPAR: Consomé d'lima amb allada. Fruita</i>	Lletuga, remolatxa, cogombre 24 ☾ Olleta alacantina amb fesols, lletilles, arròs i hortalisses Filet d'abadejo a la llima al forn Fruita ☾ <i>SOPAR: Amanida caprese i hamburguesa de falàfel al forn. Fruita</i>
Lletuga, dacsca, olives 27 Crema de safanòria, poma i gingebre Llonganisses en salsa lionesa carn de porc al forn amb ceba Fruita ☾ <i>SOPAR: Minestra de verdures i peix blanc en salsa de porros. Fruita</i>	Lletuga, safanòria, remolatxa 28 ☾ Arròs amb floricol i alls tendres Filet de lluç en salsa de porros al forn Fruita ☾ <i>SOPAR: Creïlles especiades al forn amb cuixa de pollastre rostit. Fruita</i>	Lletuga, safanòria, dacsca 29 ☾ Cuisat de lletilles ECO amb verdures amb tomaca triturada, creïlla, pastanaga i ceba Truita de creïlla i carabasseta Fruita ☾ <i>SOPAR: Sopa minestrone i polit en salsa. Fruita</i>	☾ Hummus amb olives de kalamata i llima Stifado amb creïlles pollastre marinat amb llima, oli d'olive i herbes aromàtiques Ou dur amb formatge flam del drac flam de vainilla ☾ <i>SOPAR: Crema de xampinyons amb truita de formatge. Fruita</i>	30 Festiu



SABIES QUE ?

Delecta't amb el nostre menú diari acompanyat d'un pa deliciós!

ABRIL FRUITA DE TEMPORADA: plàtan, kiwi, pinya i pera

CONSELLS SALUDABLES

Hui toca omplir la panxa i també el got! Beure aigua durant el menjar ajuda a tindre energia. I recorda: en el menjador tots estem aprenent, així que provar aliments nous amb curiositat... és una xicoteta aventura!

- Ingredientes ECO
- De temporada
- Gastronomía local
- Proteína vegetal
- Dia susceptible de festivo, consulta con tu centro.
- Pescado sostenible
- Fuente de omega 3
- Sugerencia CENA
- Dia menú temático

Valor nutricional

(Promedi diari del menjar de mig dia)

Energia	Creix	ACS
2319kcal		
913kcal	43.2g	8.4g
Hidrats de Carboni	Sucre	Proteïnes
93g	23.0g	31.6g
		Sal
		2.4g

INFORMACIÓ PER A AL·LÈRGICS I INTOLERANTS/NECESSITATS ESPECIALS:
Aquest menú no és apte per a persones que patixen al·lèrgies o intoleràncies alimentàries ja que conté els al·lèrgens més comuns a la població (RE 1169/2011, anexo II). Informe a l'adreça de direcció del menjador, aportant el certificat mèdic perquè el responsable sol·liciti diàriament un menú dissenyat i cuinat atenent a aquesta prescripció. Nota: en cas de necessitat especial pot sol·licitar als serveis del centre els al·lèrgens que componen els plats servits.

