

Menú sin lactosa



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 Fruita de temporada	Amanida Mediterrània Guisat de faves Saltxixa fresca amb salsa de tomaca natural Gelatina
			Ensalada Mendoza Arroz blanco con tomate Buñuelos de bacalao Fruita de temporada	Ensalada Mediterránea Guisado de habas Salchicha fresca con salsa de tomate natural Gelatina
6	7	8	9	10
Amanida mixta Llentilles amb bledes de proximitat Truita de pemil dolç Fruita de temporada	Amanida de bròcoli Macarrons bolonyesa Peix al forn amb salsa verda Fruita de temporada	Amanida Mediterrània Arròs al forn amb cigrons i cam Fruita de temporada	Amanida Campera Sopa de fideus Pollastre al forn amb xampinyons Fruita de temporada	Amanida de primavera Purè de carabassó Magre amb tomaca Fruita de temporada
Ensalada mixta Lentejas con acelgas de proximidad Tortilla de jamón cocido Fruita de temporada	Ensalada de brócoli Macarrones a la boloñesa Pescado al horno en salsa verde con guisantes Fruita de temporada	Ensalada Mediterránea Arroz al horno con garbanzos y carne Fruita de temporada	Ensalada Campera Sopa de fideos Pollo al horno con champiñones Fruita de temporada	Ensalada de primavera Crema de calabacín Magro con tomate Fruita de temporada
13	14	15	16	17
Amanida Mediterrània Guisat de verdures i creïlles Peix a l'andalusa Fruita de temporada	Amanida Mendoza Paella valenciana Pernil dolç i vareta de verdura Fruita de temporada	Amanida parisina Sopa de peix de la llotja vilera Mandonguilles amb salsa jardineria Fruita de temporada	Amanida mixta Fesols amb bledes de proximitat Truita francesa Fruita de temporada	Amanida Mendoza Crema de carabassa Peix al forn amb hortalisses Fruita de temporada
Ensalada Mediterránea Guisado de verduras y patatas Pescado a la andaluza Fruita de temporada	Ensalada Mendoza Paella valenciana Jamón cocido y varita de verdura Fruita de temporada	Ensalada parisina Sopa de pescado de la lonja Vilera Albóndigas a la jardinera Fruita de temporada	Ensalada mixta Alubias con acelgas de proximidad Tortilla francesa Fruita de temporada	Ensalada Mendoza Crema de calabaza Pescado al horno con hortalizas Fruita de temporada
20	21	22	23	24
Amanida de primavera Sopa de fideus Pollastre en salsa amb creïlles Fruita de temporada	Amanida valenciana Potatge de cigrons i verdures Truita francesa Fruita de temporada	Amanida Mediterrània Fideuà de peix de la llotja vilera Fruita de temporada	Amanida Mendoza Guisat de pollastre Peix al forn amb salsa pebreretes Fruita de temporada	Amanida mixta Crema de verdures Lasanya sense lactosa Fruita de temporada
Ensalada de primavera Sopa de fideos Pollo en salsa Fruita de temporada	Ensalada valenciana Potaje de garbanzos con verduras Tortilla francesa Fruita de temporada	Ensalada Mediterránea Fideuá de pescado de la lonja Vilera Fruita de temporada	Ensalada Mendoza Guisado de pollo Pescado al horno con salsa "pebreretes" Fruita de temporada	Ensalada mixta Crema de verduras Lasaña sin lactosa Fruita de temporada
27	28	29	30	31
Amanida Campera Llentilles amb bledes de proximitat Truita de tonyina Fruita de temporada	Amanida de col Sopa d'estrelletes Hamburguesa amb ketchup Gel de gel	Amanida Mediterrània Crema de llegums Peix arrebossat amb tomaca Fruita de temporada	Amanida valenciana Guisat de bacallar Cinta de lomo amb salsa de verdures Fruita de temporada	Amanida Mediterrània Paella mixta Gelatina
Ensalada Campera Lentejas con acelgas de proximidad Tortilla de atún Fruita de temporada	Ensalada de col Sopa de estrellitas Hamburguesa con ketchup Helado de hielo	Ensalada Mediterránea Crema de legumbres Pescado empanado con tomate Fruita de temporada	Ensalada valenciana Guisado de bacalao Cinta de lomo con salsa de verduras Fruita de temporada	Ensalada Mediterránea Paella mixta Gelatina

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 / DIJOURS / 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.	8 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 Lentilles 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 acelunas. Hamburguesa de pollo. Fruita.
20 SOPAR · CENA · DINNER Pèsols 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.