

Menú mes d'abril

ESCOLETA AUBARCA

		PRIMER PLAT	SEGON PLAT	POSTRES	SOPAR ALTERNATIU
DL	9	Crema de lleties amb verdures (bleda, carabassa, pastanaga, mongeta)	Hamburguesa casolana amb puré de patata (2)	Fruita	Patata amb pèsols, pastanaga, mongeta al vapor i cuixa de pollastre al forn
DM	10	Pasta amb salsa de tomàtiga i formatge gratinat (1,2)	Peix de mercat al forn amb tomàtiga	Fruita	Seitons(4) amb vinagre amb pa amb oli(1) i tomàtiga trempada
DX	11	Arròs amb peix(4)	Croquetes de bacallà (1,2) amb amanida	Fruita	Truita de formatge (2) amb cus cus(1) saltejat amb verdures
DJ	12	Crema de pastanaga i porro amb crostons (1)	Truita de patata i amanida amb tomàtiga, ceba, blat de moro, alvocat i formatge tendre(2)	Iogurt	Hamburguesa vegetal /pollastre i espinacs amb tomàtiga i cogombre trempat i pa d'espelta (1)
DV	13	Sopa d'espelta	Bullit (patata, pollastre, mongeta, pastanaga) amb maionesa de llet (2)	Fruita	Panet calent (1,2) amb amanida
DL	16	Sopa	Aguiat de pollastre amb i patata	Iogurt	Peix amb verdures a la planxa i pa amb oli (1)
DM	17	Arròs brut	Truita(5) amb amanida d'enciam, pastanaga i blat de moro	Fruita	Crema de carabassa + croquetes de bacallà (1,2)
DX	18	Crema de cigrons amb patates, mongeta, col, bròquil, carabassa etc...	Filet de peix arrebossat (1) amb amanida d'enciam, ou bollit(5), blat de moro, olives, alvocat i pastanaga	Fruita cítrica	Espinacs saltejats amb panses i pinyons amb indiots
DJ	19	Crema de colflori, porro i ametlla (3)	Macarrons bolonyesa	Fruita	Truita(5) amb saltejat de verdures i quinoa
DV	20	Arròs brut	Bacallà al forn gratinat amb amanida d'enciam, cogombre i tomàtiga	Fruita	Pizza casolana d'espelta(1,2) i amanida
DL	23	Crema de carabassa amb llavors de sèsam	Pasta d'espelta amb salsa de tomàtiga i tonyina(1,4)	Fruita	Puré de patata amb peix a la planxa i verdures a la planxa
DM	24	Fideus	Gordon blue casolà (1,2) i amanida	Fruita	Crema de porro i carabassa/amanida Mejillons i gambes a la marinera (4)
DX	25	Arròs brut	Pastís de carn amb amanida(5)	Iogurt	Croquetes casolanes (1,2) d'espinacs amb tomàtiga trempada
DJ	26	Crema de bròquil, porro i sèsam (3)	Pizza d'espelta casolana (1,2) i amanida d'enciam, cogombre i tomàtiga	Fruita	Ous (5) farcits de tonyina i maionesa de llet (2) Patata i mongeta al vapor
DV	27	Arròs de peix	Truita francesa	Fruita	Cuixes de pollastre al forn amb patates fregides/forn i fulles d'enciam

1. **Gluten:** utilitzar substituïts sense gluten per celíacs o intolerants .
2. **Lactis:** utilitzar substituïts sense lactosa o begudes vegetals per al·lèrgics o intolerants .
3. **Fruits secs:** evitar el seu ús en al·lèrgics i sencers sols als majors de 6 anys .
4. **Peix blau i marisc:** per als nins a partir de 3 anys
5. Ous

Fruita de l'estació

Síndria, meló, advocat, poma, figues, pera, pinya, plàtan, melicotó, kiwi, raïm, pruna

Verdura de l'estació

Tomàtiga, cogombre, carbassó, bleda, pebres, albergina