



Menú d'ABRIL

		PRIMER PLAT	SEGON PLAT	POSTRES	SOPAR ALTERNATIU
DL	1	Cuinat de lleties amb verdures (bleda, carabassa, pastanaga, mongeta i patata)	Mandonguilles de carn amb amanida d'enciam	Fruita	Patata amb pèsols, pastanaga, mongeta al vapor i ou bullit(5)
DM	2	Pasta amb salsa de tomàtiga i formatge gratinat (1,2)	Peix de mercat al forn amb amanida, tomàtiga, olives, nous(3)	Fruita	Seitons(4) amb vinagre amb pa amb oli(1) i tomàtiga trempada
DX	3	Amanida de cigrons, amb tomàtiga, olives, tonyina (4), pastanaga	San jacobos al forn (2)	Macedònia de fruites naturals	Truita de formatge (2) amb cus cus(1) saltejat amb verdures
DJ	4	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 (2)	Hamburguesa vegetal /pollastre i espinacs amb tomàtiga i cogombre trempat i pa d'espelta (1)
DV	5	Peix al forn (1)	Brou (2)	Fruita	Panet calent (1,2) amanida
DL	8	Amanida d'enciam, tomàtiga, alvocat i cogombre	Aguiat de pollastre amb pilotes i patata al forn	Iogurt (2)	Peix amb verdures a la planxa i pa amb oli (1)
DM	9	Arròs brut	Truita(5) amb amanida d'enciam, pastanaga i blat de moro	Fruita	Crema de carabassa i lleties vermelles
DX	10	Cuinat de cigrons amb patates, mongeta, col, bròquil, carabassa etc...	Pastís de carn (1)	Fruita cítrica	Espinacs saltejats a la crema (2) i peix a la planxa
DJ	11	Pasta a la bolonyesa o lasanya de carn (1)	Amanida amb enciam, cogombre, tomàtiga i ou(4)	Fruita	Truita(5) amb saltejat de verdures i quinoa
DV	12	Crema de verdures i lleties vermelles	Bacallà al forn gratinat amb patata i amanida d'enciam	Amanida casolana de fruites	Pizza casolana d'espelta(1,2)
DL	15	Crema de carabassa amb llavors de sèsam (3)	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	16	Amanida de cigrons amb patata, tomàtiga, tonyina	Gordon blue casolà (1,2) i amanida	Fruita	Crema de porro i carabassa/amanida Mejillons i gambes a la marinera (4)
DX	17	Arròs amb peix	Lluç i amanida variada	Iogurt(2)	Croquetes casolanes (1,2) d'espinacs amb tomàtiga trempada
DJ	29	Crema de bròquil, porro i sèsam (3)	Pizza d'espelta casolana (1,2) i amanida d'enciam, cogombre i tomàtiga	Fruita	Verdura al vapor amb patata i ou (5)
DV	30	Truita (2)	Brou de peix	Macedònia de fruites naturals	Cuixes de pollastre al forn amb patates fregides/forn

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

Verdura de l'estació

Bleda, carxofa, api, carabassa, ceba, cols de Brussel·les, coliflor, endívia, escarola, espinacs, mongetes verdes, enciam, col, nap, porro, espàrrecs, tomàquet, remolatxa, col i pastanaga

Fruita de l'estació

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