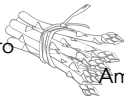
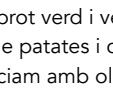
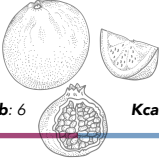
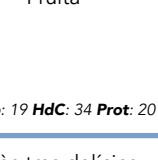
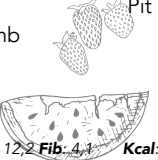


MENÚ DE PRIMAVERA

CURS 2025-2026

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
SETMANA 1 Del 6 al 10 d'abril Del 4 al 8 de maig Del 1 al 5 de juny	Arròs amb verdures Filet de lluç a la marinera Amanida d'enciam trocadero amb pastanaga ratllada Fruita  Kcal: 365 Lip: 12 HdC: 50 Prot: 20 Fib: 5	Empedrat de lleties (ceba, pebrot verd i vermell) Trita de patates i ceba Amanida d'enciam amb olives negres Fruita  Kcal: 420 Lip: 18 HdC: 45 Prot: 16 Fib: 8	Crema de carbasso tèbia Hamburgueses de pollastre a la planxa Amanida d'enciam iceberg amb canonges logurt natural  Kcal: 401 Lip: 19 HdC: 32 Prot: 18 Fib: 6,6	Espirals amb salsa de pesto Croquetes de cigrons Amanida d'enciam romà amb blat de moro Fruita  Kcal: 450 Lip: 21 HdC: 54 Prot: 14 Fib: 6	Amanida russa amb maionesa Pit de pollastre amb salsa de curri Amanida d'enciam amb cogombre Fruita  Kcal: 410 Lip: 19 HdC: 34 Prot: 20 Fib: 5
SETMANA 2 Del 13 al 17 d'abril Del 11 al 15 de maig Del 8 al 12 de juny	Macarrons amb sofregit de verdures Filet de lluç a l'allada Amanida d'enciam fulla de roure amb blat de moro Fruita  Kcal: 211,4 Lip: 9,24 HdC: 20,8 Prot: 15,7 Fib: 4,48	Amanida de cigrons (olives verdes, tonyina i ceba morada) Trita de patates amb carbassó Pa amb tomàquet Fruita  Kcal: 365 Lip: 23,5 HdC: 41 Prot: 17,6 Fib: 5,7	Verdura de temporada amb patates Pollastre rostit amb el seu suc Albergínies arrebossades Fruita  Kcal: 379 Lip: 26 HdC: 37 Prot: 18,1 Fib: 7,2	Gaspatxo casolà Mandonguilles a la casolana amb daus de carbassa Gelat  Kcal: 358,4 Lip: 15,09 HdC: 48,8 Prot: 14 Fib: 8,3	Arròs tres delícies (pèsols, pastanaga i blat de moro) Calamars arrebossats Amanida d'enciam iceberg amb olives Fruita  Kcal: 210 Lip: 10,2 HdC: 30,2 Prot: 10 Fib: 3,96
SETMANA 3 Del 20 al 24 d'abril Del 18 al 22 de maig Del 15 al 19 de juny	Amanida de pasta (olives, pastanaga i blat de moro) Filet de lluç arrebossat Amanida d'enciam romà Fruita  Kcal: 319 Lip: 9,1 HdC: 49 Prot: 14,35 Fib: 7,98	Arròs amb verdures Trita de patates Amanida d'enciam amb olives verdes Fruita  Kcal: 239,4 Lip: 8,89 HdC: 33,46 Prot: 12,2 Fib: 4,1	Cigrons guisats amb verdures Pit de pollastre a la planxa amb allada Amanida d'enciam iceberg amb blat de moro Fruita  Kcal: 228,9 Lip: 8,26 HdC: 31,06 Prot: 10,1 Fib: 7,2	Gaspatxo casolà Croquetes de pollastre Amanida d'enciam trocadero amb pastanaga ratllada logurt natural  Kcal: 277 Lip: 6,7 HdC: 30,2 Prot: 26,9 Fib: 4,3	Verdura de temporada amb patates Llom al forn amb pastanaga i xampinyons Fruita  Kcal: 211,4 Lip: 9,24 HdC: 20,8 Prot: 15,7 Fib: 4,48
SETMANA 4 Del 27 d'abril al 1 de maig Del 25 al 29 de maig	Macarrons amb salsa carbonara Filet de lluç amb patata i ceba Fruita de temporada  Kcal: 239,4 Lip: 8,89 HdC: 33,46 Prot: 12,2 Fib: 4,1	Arròs amb verdures Trita de patates i ceba Amanida d'enciam trocadero Fruita de temporada  Kcal: 249 Lip: 10,85 HdC: 31 Prot: 9,45 Fib: 5,88	Verdura de temporada amb patates Pizza de pernil i formatge casolana Amanida d'enciam amb canonges Fruita  Kcal: 394 Lip: 16,94 HdC: 39,7 Prot: 21,3 Fib: 3,78	Empedrat de lleties Llom a la planxa amb all i julivert Amanida d'enciam trocadero amb pastanaga ratllada logurt natural  Kcal: 266 Lip: 7,42 HdC: 22,12 Prot: 26,9 Fib: 2,8	Sopa de brou Pollastre rostit amb ceba i llorer Patates xips Fruita  Kcal: 394 Lip: 16,94 HdC: 39,7 Prot: 21,3 Fib: 3,78

MENÚ DE RÈGIM

Arròs bullit / Mongeta tendra
Pollastre / Lluç / Bistec a la planxa
logurt / Poma

INFORMACIÓ D'INTERÈS

Utilitzem oli d'oliva per amanir i oli de girasol alt oleic per fregir.

