



MENÚ ABRIL 2018

		DILLUNS	DIMARTS			DIMERCRES			DIJOURS			DIVENDRES				
		2	3			4			5			6				
1 ^o Setmana	Primer	TANCAT PER VACANCES	Macarrons amb saltejat de verdures			Cigrans estofats			Crema de carbassó i formatge			Arròs tres delícies				
	Segon		Lluç arrebossat			Truita de patates i ceba			Mandonguilles a la jardineria			Pit de pollastre a la planxa				
	Guarnició		Amanida de blat de moro i ou dur			Amanida de tomàquet i ceba			Patates fregides			Amanida de cogombre i olives				
	Postres		Fruita			Fruita			Fruita			Fruita				
	VN		953 kcal			887 kcal			857 kcal			931 kcal				
		56% HC	13% PROT	31% GR	57% HC	13% PROT	30% GR	52% HC	14% PROT	34% GR	55% HC	14% PROT	31% GR			
		9	10			11			12			13				
2 ^o Setmana	Primer	Mongetes tendres amb patates i pastanaga			Sopa de peix			Arròs melós de pollastre			Espaguetis a la bolonyesa			Llenties estofades amb arròs		
	Segon	Llom arrebossat			Croquetes de pollastre			Calamars amb ceba confitada			Truita de patates i xampinyons			Hamburguesa de vedella a la planxa		
	Guarnició	Amanida de pastanaga ratllada i olives			Patates xips			Amanida de blat de moro i cogombre			Amanida de cogombre i ou dur			Amanida de tomàquet i ceba		
	Postres	Làctic			Fruita			Fruita			Fruita			Fruita		
	VN	792 kcal			872 kcal			932 kcal			965 kcal			898 kcal		
		33% GR	51% HC	13% PROT	36% GR	54% HC	14% PROT	32% GR	57% HC	13% PROT	30% GR	56% HC	15% PROT	29% GR	16% PROT	28% GR
		16	17			18			19			20				
3 ^o Setmana	Primer	Arròs de muntanya amb verdures i salsitxes de pollastre			Minestra de verdures amb pernil saltejat			Macarrons a la napolitana			Estofat de mongetes blanques			Sopa de fideus i verdures		
	Segon	Pit de pollastre a la planxa			Salsitxes a la planxa			Pizza de xampinyons i pernil dolç			Lluç amb salsa verda			Ous farcits		
	Guarnició	Amanida de tomàquet i blat de moro			Patates fregides			Amanida de pastanaga ratllada i olives			Amanida de blat de moro i cogombre			Amanida de blat de moro i ceba		
	Postres	Làctic			Fruita			Fruita			Fruita			Fruita		
	VN	949 kcal			823 kcal			971 kcal			902 kcal			864 kcal		
		54% HC	14% PROT	32% GR	53% HC	15% PROT	32% GR	58% HC	12% PROT	30% GR	54% HC	15% PROT	31% GR	53% HC	14% GR	33% GR
		23	24			25			26			27				
4 ^o Setmana	Primer	Amanida d'espirlals			Cigrans a la castellana			Crema de verdures			Estofat de patates			Arròs amb sofregit de ceba i tomàquet		
	Segon	San Jacobos			Truita de patates i carbassó			Fricandó de vedella			Cuixes de pollastre			Calamars a la romana		
	Guarnició	Patates xips			Amanida de pastanaga ratllada i cogombre			Amanida de tomàquet i ou dur			Amanida de blat de moro i olives			Amanida de pastanaga ratllada i ceba		
	Postres	Làctic			Fruita			Fruita			Fruita			Fruita		
	VN	945 kcal			890 kcal			841 kcal			957 kcal					
		55% HC	13% PROT	32% GR	57% HC	13% PROT	30% GR	53% HC	15% PROT	32% GR	54% HC	14% PROT	32% GR	54% HC	13% PROT	33% GR