

MENÚ ABRIL SENSE LACTOSA 2023

		Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
			11	12	13	14
1a Setmana	Primer	FESTIU	Cigrons amb olives negres, tomàquet i blat de moro	Paella de verdures	Ensaladilla russa (patata, pastanaga i pèsols)	Espaguetis amb salsa de tomàquet
	Segon		Truita de ceba i carbassó	Peix al forn amb hortalisses saltejades (pebrot verd, pebrot vermell i albergínia)	Pit de pollastre a la planxa	Bistec de vedella amb xampinyons saltejats amb all i julivert
	Guarnició		Enciam, cogombre i pastanaga	Enciam i tomàquet	Enciam, blat de moro i olives	Enciam, cogombre i olives
	Postres		logurt natural o fruita de temporada	Fruita de la temporada	Fruita de la temporada	Fruita de la temporada
		17	18	19	20	21
2a Setmana	Primer	Patata amb mongeta verda i pastanaga	Arròs de muntanya amb verdures	Amanida de pasta amb tomàquet, olives i blat de moro	Mongetes blanques guisades amb verdures (ceba, pastanaga)	Menestra de verdures amb patata
	Segon	Tacs de gall d'indi al forn amb salsa de ceba	Truita de xampinyons i ceba	Peix al forn amb llimona	Mandonguilles de porc (s/llet) amb pèsols pastanaga i ceba picada	Pit de pollastre a la planxa amb tires de pebrot vermell i verd
	Guarnició	Enciam, blat de moro i tomàquet	Enciam, cogombre i olives	Enciam i blat de moro	Tomàquet i olives	Enciam i pastanaga ratllada
	Postres	Fruita de la temporada	Fruita de la temporada	Fruita de la temporada	logurt natural o fruita de temporada	Fruita de temporada
		24	25	26	27	28
3a Setmana	Primer	Macarrons amb salsa de tomàquet	Crema de verdures (patata, carbassó, pastanaga i ceba) (s/llet i/o s/mantega i/o s/formatge)	Ensaladilla russa (patata, pastanaga i pèsols)	Amanida de patata, tomàquet i ceba	Arròs amb salsa de tomàquet
	Segon	Llom de porc al forn amb pastanaga	Pit de gall d'indi a la planxa	Llenties guisades amb pastanaga i ceba	Truita de carbassó	Peix al forn
	Guarnició	Enciam, pastanaga i olives	Enciam i tomàquet	Enciam, blat de moro i olives	Enciam, cogombre i ceba	Enciam, cogombre i pastanaga
	Postres	Fruita de temporada	logurt de soja o fruita de temporada	Fruita de la temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada

*Aquest menú està elaborat per una nutricionista col·legiada i compta amb sal iodada, peix fresc i ecològic, fruita i verdura fresca de Casa Ametller i arròs de km0. *Els dimarts i dijous hi ha pa integral.