

PRIMAVERA 2024	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>DINAR 1<sup>a</sup> setmana</b> 8-12 Abril 6-10 Maig 3-7 Juny	Amanida de tomàquet amb tonyina i olives  Vedella a la jardinera amb pèsols i arròs Fruita	Hèlixs de pasta a la napolitana  Peix al forn amb salsa de pastanaga i amanida mixta  Fruita	Amanida de cigrons amb formatge fresc  Cuixetes de pollastre al forn amb patates panadera i pebre Iogurt 	Carbassó al forn amb salsa de tomàquet i formatge  Arròs amb peix, gambes i calamar  Fruita	Crema de verdures  Hamburguesa de pollastre amb formatge i patates fregides  Fruita
<b>DINAR 2<sup>a</sup> setmana</b> 15-19 Abril 14-17 Maig 10-14 Juny	Pèsols amb xampinyons I pernil serrà Pollastre al curri amb arròs blanc Fruita	Crema de carbassa amb formatge  Peix "a la papillota" amb amanida de pasta  Fruita	Amanida amb formatge fresc  Llenties amb verdures, vedella i patata Iogurt 	Sopa de pollastre amb estrelletes  Indiot a la planxa amb amanida Fruita	Amanida pagesa amb ou  Peix al forn amb verdures rostides  Fruita
<b>DINAR 3<sup>a</sup> setmana</b> 22-26 Abril 20-24 Maig 17-21 Juny	Amanida mixta Arròs a la cubana amb ou, salsitxa i salsa de tomàquet  Fruita	Espaguetis carbonara amb nata i bacon  Peix a la planxa amb amanida mixta  Fruita	Crema de carbassó  Estofat de pollastre amb verdures i patates Iogurt 	Amanida russa  Cuit de cigrons amb verdures i peix  Fruita	Sopa de pollastre amb fideus  Llom adobat amb samfaina de verdures  Fruita
<b>DINAR 4<sup>a</sup> setmana</b> 29/30 Abril 2/3 Maig 27-31 Maig	Crema de carbassa  Wok de pollastre amb verdures i arròs  Fruita	Albergínia Parmigiana  Caldereta de peix amb gambes i patates  Fruita	Amanida amb formatge i alvocat  Hèlix de llenties amb salsa bolonyesa  Iogurt 	Amanida de pollastre amb poma i formatge  Pizza casolana amb pernil dolç i formatge  Fruita	Sopa de peix amb fideus  Peix arrebossat amb amanida mixta  Fruita

\* Menús adaptats al nou Reglament 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 25 d'Octubre de 2011 sobre informació alimentària facilitada al consumidor.

\* Indicació d'al·lèrgens en productes alimentaris i plats elaborats. **Pot contenir traces: "Tr"**

\*Tots els menús es serveixen amb pa Tr: (Pa multicereals un cop per setmana Tr: )

**SONIA TORRES ABASCAL**  
**DIETISTA-NUTRICIONISTA**  
**COL.LEGIADA: IB0029**



*Nota:* Aquests menús no estan adaptats a al·lèrgies alimentàries, intoleràncies o malalties específiques. Per ser completament equilibrat és necessari que a casa es continui amb una alimentació sana i variada.