

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2	- Crema de pastanaga - Hamburguesa mixta amb arròs - Fruita de temporada	3	Pasta sense gluten amb salsa pesto - Truita de formatge amb enciam i olives - Fruita de temporada	4	- Amanida campera - Mongetes blanques saltejades amb all i julivert - Fruita de temporada	5	- Pèsols amb patata Gall dindi a la planxa amb enciam i tomàquet - logurt natural	6	- Paella de verdures - Llenguadina a l'andalusa (farina sense gluten) amb enciam i pastanaga - Fruita de temporada
9	Pasta sense gluten amb salsa napolitana - Truita francesa amb enciam i brots de soja - Fruita de temporada	1	- Llenties estofades - Pollastre al forn a les fines herbes i xampinyons - Fruita de temporada	1	- Arròs amb verdures - Lluç al forn amb salsa verda i enciam amb pastanaga - Fruita de temporada	1	- Mongeta verda amb patata - Daus de gall dindi amb xampinyons - logurt natural	1	- Crema d'hortalisses - Cigrons amb verdures i arròs - Fruita de temporada
1	- Arròs amb tomàquet - Pollastre arrebossat (farina sense gluten) amb enciam i olives - Fruita de temporada	1	- Empedrat de cigrons - Gall dindi al curri amb arròs - Fruita de temporada	1	- Verdures tricolor - Estofat de vedella amb xampinyons - Fruita de temporada	19	- Crema de carbassa - Truita de patates amb enciam i tomàquet - logurt natural	2	- Fideuà de verdures (fideus sense gluten) - Rap al forn amb ceba i tomàquet acompanyat d'enciam i brots de soja - Fruita de temporada
2	- Llenties estofades amb hortalisses - Truita de carbassó amb enciam i pastanaga - Fruita de temporada	2	- Amanida de pasta sense gluten - Lluç a la romana (farina sense gluten) amb enciam i olives - Fruita de temporada	25	- Bledes amb patates Mandonguilles a la cassola sense gluten amb salsa i verdures - logurt natural	2	<u>JORNADA XINA</u> - Arròs tres delícies - Rotllets de primavera (sense gluten) Postre especial sense gluten	27	- Crema de carbassó Pasta sense gluten a la bolonyesa de carn - Fruita de temporada

30



31



LES BLEDES

Al mes de març, les bledes són una verdura de temporada molt present a les cuines. Destaquen pel seu contingut en fibra, vitamines A i C i minerals com el calci i el magnesi, que contribueixen al bon funcionament de l'organisme. A més, són molt versàtils i es poden preparar bullides, saltades, en cremes o com a acompanyament de molts plats.



SENSE OU

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 · Crema de pastanaga · Hamburguesa mixta amb arròs · Fruita de temporada	3 · Pasta sense ou amb salsa pesto · Pollastre a la planxa amb enciam i olives · Fruita de temporada	4 · Amanida campera (sense ou) · Mongetes blanques saltejades amb all i julivert · Fruita de temporada	5 · Pèsols amb patata · Pinxos de gall dindi amb enciam i tomàquet · logurt natural	6 · Paella de verdures · Llenguadina a l'andalusa (sense ou) amb enciam i pastanaga · Fruita de temporada
9 · Pasta sense ou amb salsa napolitana · Gall d'indi a la planxa amb enciam i brots de soja · Fruita de temporada	1 · Lenties estofades · Pollastre al forn a les fines herbes i xampinyons · Fruita de temporada	1 · Arròs amb verdures · Lluç al forn amb salsa verda i enciam amb pastanaga · Fruita de temporada	1 · Mongeta verda amb patata · Daus de gall dindi amb xampinyons · logurt natural	1 · Crema d'hortalisses · Cigrons amb verdures i arròs · Fruita de temporada
1 · Arròs amb tomàquet · Pollastre arrebossat (sense ou) amb enciam i olives · Fruita de temporada	1 · Empedrat de cigrons (sense ou) · Gall dindi al curri amb cuscús · Fruita de temporada	1 · Verdures tricolor · Estofat de vedella amb xampinyons · Fruita de temporada	19 · Crema de carbassa · Gall dindi a la planxa amb enciam i tomàquet · logurt natural	2 · Fideuà (fideus sense ou) de verdures · Rap al forn amb ceba i tomàquet acompanyat d'enciam i brots de soja · Fruita de temporada
2 · Lenties estofades amb hortalisses · Gall dindi a la planxa amb enciam i pastanaga · Fruita de temporada	2 · Amanida de pasta sense ou · Lluç a la romana (sense ou) amb enciam i olives · Fruita de temporada	25 · Bledes amb patates · Mandonguilles a la cassola sense ou amb salsa i cuscus · logurt natural	2 <u>JORNADA XINA</u> · Arròs tres delícies (sense ou) · Rotllets de primavera (sense ou) · Postre especial sense ou	27 · Crema de carbassó · Pasta sense ou a la bolonyesa de carn · Fruita de temporada
30 	31 			

LES BLEDES

Al mes de març, les bledes són una verdura de temporada molt present a les cuines. Destaquen pel seu contingut en fibra, vitamines A i C i minerals com el calci i el magnesi, que contribueixen al bon funcionament de l'organisme. A més, són molt versàtils i es poden preparar bullides, saltades, en cremes o com a acompanyament de molts plats.



SENSE LACTOSA

DILLUNS

2

- Crema de pastanaga
- **Hamburguesa mixta sense lactosa**
- amb arròs
- Fruita de temporada

DIMARTS

3

- Pasta amb salsa pesto **(sense làctics)**
- **Truita francesa** amb enciam i olives
- Fruita de temporada

DIMECRES

4

- Amanida campera
- Mongetes blanques saltejades amb all i julivert
- Fruita de temporada

DIJOURS

5

- Pèsols amb patata
- Pinxos de gall dindi amb enciam i tomàquet
- **logurt natural sense lactosa**

DIVENDRES

6

- Paella de verdures
- Llenguadina a l'andalusa **(farina sense al·lèrgens)** amb enciam i pastanaga
- Fruita de temporada

9

- Pasta amb salsa napolitana **(sense làctics)**
- Truita francesa amb enciam i brots de soja
- Fruita de temporada

1

- Llenties estofades
- Pollastre al forn a les fines herbes i xampinyons
- Fruita de temporada

1

- Arròs amb verdures
- Lluç al forn amb salsa verda i enciam amb pastanaga
- Fruita de temporada

1

- Mongeta verda amb patata
- Daus de gall dindi amb xampinyons
- **logurt natural sense lactosa**

1

- Crema d'hortalisses
- Cigrons amb verdures i arròs
- Fruita de temporada

1

- Arròs amb tomàquet
- Pollastre arrebossat **(farina sense al·lèrgens)** amb enciam i olives
- Fruita de temporada

1

- Empedrat de cigrons
- Gall dindi al curri amb cuscús
- Fruita de temporada

1

- Verdures tricolor
- Estofat de vedella amb xampinyons
- Fruita de temporada

19

- Crema de carbassa
- Truita de patates amb enciam i tomàquet
- **logurt natural sense lactosa**

2

- Fideuà de verdures
- Rap al forn amb ceba i tomàquet acompanyat d'enciam i brots de soja
- Fruita de temporada

2

- Llenties estofades amb hortalisses
- Truita de carbassó amb enciam i pastanaga
- Fruita de temporada

2

- Amanida de pasta **(sense formatge)**
- Lluç a la romana **(farina sense al·lèrgens)** amb enciam i olives
- Fruita de temporada

25

- Bledes amb patates
- **Mandonguilles a la cassola sense lactosa i** amb salsa i cuscus
- logurt **sense lactosa**

2

- **JORNADA XINA**
- Arròs tres delícies **(sense lactosa)**
- Rotllets de primavera **(sense lactosa)**
- **Postre especial sense lactosa**

27

- Crema de carbassó
- Pasta a la **bolonyesa de carn**
- Fruita de temporada

30



31



LES BLEDES

Al mes de març, les bledes són una verdura de temporada molt present a les cuines. Destaquen pel seu contingut en fibra, vitamines A i C i minerals com el calci i el magnesi, que contribueixen al bon funcionament de l'organisme. A més, són molt versàtils i es poden preparar bullides, saltades, en cremes o com a acompanyament de molts plats.



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

- Crema de pastanaga
- Hamburguesa mixta amb arròs
- Fruita de temporada

3

- Pasta amb salsa pesto (**sense fruits secs**)
- Truita de formatge amb enciam i olives
- Fruita de temporada

4

- Amanida campera
- Mongetes blanques saltejades amb all i julivert
- Fruita de temporada

5

- Pèsols amb patata
- Pinxos de gall dindi (**sense al·lèrgens**) amb enciam i tomàquet
- logurt natural

6

- Paella de verdures
- Llenguadina a l'andalusa (**farina sense al·lèrgens**) amb enciam i pastanaga
- Fruita de temporada

9

- Pasta amb salsa napolitana
- Truita francesa amb enciam i brots de soja
- Fruita de temporada

1

- Llenties estofades
- Pollastre al forn a les fines herbes (**sense al·lèrgens**) i xampinyons
- Fruita de temporada

1

- Arròs amb verdures
- Lluç al forn amb salsa verda (**sense al·lèrgens**) i enciam amb pastanaga
- Fruita de temporada

1

- Mongeta verda amb patata
- Daus de gall dindi amb xampinyons
- logurt natural

1

- Crema d'hortalisses
- Cigrons amb verdures i arròs
- Fruita de temporada

1

- Arròs amb tomàquet
- Pollastre arrebossat (**farina sense al·lèrgens**) amb enciam i olives
- Fruita de temporada

1

- Empedrat de cigrons
- Gall dindi al curri (**sense al·lèrgens**) amb arròs
- Fruita de temporada

1

- Verdures tricolor
- Estofat de vedella amb xampinyons
- Fruita de temporada

19

- Crema de carbassa
- Truita de patates amb enciam i tomàquet
- logurt natural

2

- Fideuà de verdures
- Rap al forn amb ceba i tomàquet acompanyat d'enciam i brots de soja
- Fruita de temporada

2

- Llenties estofades amb hortalisses
- Truita de carbassó amb enciam i pastanaga
- Fruita de temporada

2

- Amanida de pasta
- Lluç a la romana (**farina sense al·lèrgens**) amb enciam i olives
- Fruita de temporada

25

- Bledes amb patates
- Mandonguilles a la cassola (**sense al·lèrgens**) amb salsa i cuscus
- logurt natural

2

- JORNADA XINA
- Arròs tres delícies (**sense fruits secs**) PL
- Rotllets de primavera (**sense fruits secs**)
- Postre especial

27

- Crema de carbassó
- Pasta a la **bolonyesa de carn**
- Fruita de temporada

30



31



LES BLEDES

Al mes de març, les bledes són una verdura de temporada molt present a les cuines. Destaquen pel seu contingut en fibra, vitamines A i C i minerals com el calci i el magnesi, que contribueixen al bon funcionament de l'organisme. A més, són molt versàtils i es poden preparar bullides, saltades, en cremes o com a acompanyament de molts plats.



SENSE PEIX

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 - Crema de pastanaga - Hamburguesa mixta amb arròs - Fruita de temporada	3 - Pasta amb salsa pesto - Truita de formatge amb enciam i olives - Fruita de temporada	4 - Amanida campera (sense tonyina) - Mongetes blanques saltejades amb all i julivert - Fruita de temporada	5 - Pèsols amb patata - Pinxos de gall dindi amb enciam i tomàquet - logurt natural	6 - Paella de verdures - Pollastre arrebossat amb enciam i pastanaga - Fruita de temporada
9 - Pasta amb salsa napolitana - Truita francesa amb enciam i brots de soja - Fruita de temporada	1 - Llenties estofades - Pollastre al forn a les fines herbes i xampinyons - Fruita de temporada	1 - Arròs amb verduretes - Gall dindi al forn amb salsa verda i enciam amb pastanaga - Fruita de temporada	1 - Mongeta verda amb patata - Daus de gall dindi amb xampinyons - logurt natural	1 - Crema d'hortalisses - Cigrons amb verdures i arròs - Fruita de temporada
1 - Arròs amb tomàquet - Pollastre arrebossat amb enciam i olives - Fruita de temporada	1 - Empedrat de cigrons (sense tonyina) - Gall dindi al curri amb cuscús - Fruita de temporada	1 - Verdures tricolor - Estofat de vedella amb xampinyons - Fruita de temporada	19 - Crema de carbassa - Truita de patates amb enciam i tomàquet - logurt natural	2 - Fideuà de verdures - Truita francesa amb d'enciam i brots de soja - Fruita de temporada
2 - Llenties estofades amb hortalisses - Truita de carbassó amb enciam i pastanaga - Fruita de temporada	2 - Amanida de pasta (sense tonyina) - Gall dindi arrebossat amb enciam i olives - Fruita de temporada	25 - Bledes amb patates - Mandonguilles a la cassola (sense al·lèrgens) amb salsa i cuscus - logurt natural	2 - JORNADA XINA - Arròs tres delícies - Rotllets de primavera - Postre especial	27 - Crema de carbassó - Pasta a la bolonyesa vegetal - Fruita de temporada
30 	31 			

LES BLEDES

Al mes de març, les bledes són una verdura de temporada molt present a les cuines. Destaquen pel seu contingut en fibra, vitamines A i C i minerals com el calci i el magnesi, que contribueixen al bon funcionament de l'organisme. A més, són molt versàtils i es poden preparar bullides, saltades, en cremes o com a acompanyament de molts plats.



SENSE MARISC

DILLUNS

2

- Crema de pastanaga
- Hamburguesa mixta amb arròs
- Fruita de temporada

DIMARTS

3

- Pasta amb salsa pesto
- Truita de formatge amb enciam i olives
- Fruita de temporada

DIMECRES

4

- Amanida campera
- Mongetes blanques saltejades amb all i julivert
- Fruita de temporada

DIJOUS

5

- Pèsols amb patata
- Pinxos de gall dindi amb enciam i tomàquet
- logurt natural

DIVENDRES

6

- Paella de verdures
- Llenguadina a l'andalusa amb enciam i pastanaga
- Fruita de temporada

9

- Pasta amb salsa napolitana
- Truita francesa amb enciam i brots de soja
- Fruita de temporada

10

- Lenties estofades
- Pollastre al forn a les fines herbes i xampinyons
- Fruita de temporada

11

- Arròs amb verduretes
- Lluç al forn amb salsa verda i enciam amb pastanaga
- Fruita de temporada

12

- Mongeta verda amb patata
- Daus de gall dindi amb xampinyons
- logurt natural

13

- Crema d'hortalisses
- Cigrons amb verdures i arròs
- Fruita de temporada

16

- Arròs amb tomàquet
- Pollastre arrebossat amb enciam i olives
- Fruita de temporada

17

- Empedrat de cigrons
- Gall dindi al curri amb cuscús
- Fruita de temporada

18

- Verdures tricolor
- Estofat de vedella amb xampinyons
- Fruita de temporada

19

- Crema de carbassa
- Truita de patates amb enciam i tomàquet
- logurt natural

20

- Fideuà de verdures
- Rap al forn amb ceba i tomàquet acompanyat d'enciam i brots de soja
- Fruita de temporada

23

- Lenties estofades amb hortalisses
- Truita de carbassó amb enciam i pastanaga
- Fruita de temporada

24

- Amanida de pasta
- Lluç a la romana (**farina sense al·lèrgens**) amb enciam i olives
- Fruita de temporada

25

- Bledes amb patates
- Mandonguilles a la cassola (**sense al·lèrgens**) amb salsa i cuscús
- logurt natural

26

- JORNADA XINA
- Arròs tres delícies
- Rotllets de primavera
- Postre especial

27

- Crema de carbassó
- Pasta a la bolonyesa vegetal
- Fruita de temporada

30



31



LES BLEDES

Al mes de març, les bledes són una verdura de temporada molt present a les cuines. Destaquen pel seu contingut en fibra, vitamines A i C i minerals com el calci i el magnesi, que contribueixen al bon funcionament de l'organisme. A més, són molt versàtils i es poden preparar bullides, saltades, en cremes o com a acompanyament de molts plats.



SENSE PORC

DILLUNS

2

- Crema de pastanaga
- **Hamburguesa de pollastre** amb arròs
- Fruita de temporada

DIMARTS

3

- Pasta amb salsa pesto
- Truita de formatge amb enciam i olives
- Fruita de temporada

DIMECRES

4

- Amanida campera
- Mongetes blanques saltejades amb all i julivert
- Fruita de temporada

DIJOURS

5

- Pèsols amb patata
- Pinxos de gall dindi amb enciam i tomàquet
- logurt natural

DIVENDRES

6

- Paella de verdures
- Llenguadina a l'andalusa amb enciam i pastanaga
- Fruita de temporada

9

- Pasta amb salsa napolitana
- Truita francesa amb enciam i brots de soja
- Fruita de temporada

1

- Lenties estofades
- Pollastre al forn a les fines herbes i xampinyons
- Fruita de temporada

1

- Arròs amb verdures
- Lluç al forn amb salsa verda i enciam amb pastanaga
- Fruita de temporada

1

- Mongeta verda amb patata
- Daus de gall dindi amb xampinyons
- logurt natural

1

- Crema d'hortalisses
- Cigrons amb verdures i arròs
- Fruita de temporada

1

- Arròs amb tomàquet
- Pollastre arrebossat amb enciam i olives
- Fruita de temporada

1

- Empedrat de cigrons
- Gall dindi al curri amb cuscús
- Fruita de temporada

1

- Verdures tricolor
- Estofat de vedella amb xampinyons
- Fruita de temporada

19

- Crema de carbassa
- Truita de patates amb enciam i tomàquet
- logurt natural

2

- Fideuà de verdures
- Rap al forn amb ceba i tomàquet acompanyat d'enciam i brots de soja
- Fruita de temporada

2

- Lenties estofades amb hortalisses
- Truita de carbassó amb enciam i pastanaga
- Fruita de temporada

2

- Amanida de pasta
- Lluç a la romana amb enciam i olives
- Fruita de temporada

25

- Bledes amb patates
- Mandonguilles a la cassola (**sense al·lèrgens**) amb salsa i cuscús
- logurt natural

2

- **JORNADA XINA**
 - Arròs tres delícies (**sense pernil**)
 - Rotllets de primavera (**sense porc**)
 - **Postre especial**

27

- Crema de carbassó
- Pasta a la bolonyesa vegetal
- Fruita de temporada

30



31



LES BLEDES

Al mes de març, les bledes són una verdura de temporada molt present a les cuines. Destaquen pel seu contingut en fibra, vitamines A i C i minerals com el calci i el magnesi, que contribueixen al bon funcionament de l'organisme. A més, són molt versàtils i es poden preparar bullides, saltades, en cremes o com a acompanyament de molts plats.



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 · Crema de pastanaga · Hamburguesa mixta amb arròs · Fruita de temporada	3 · Pasta amb salsa pesto · Truita de formatge amb enciam i olives · Fruita de temporada	4 · Amanida campera · Mongetes blanques saltejades amb all i julivert · Fruita de temporada	5 · Pèsols amb patates · Pinxos de gall dindi amb enciam i tomàquet · logurt natural	6 · Paella de verdures · Llenguadina a l'andalusa amb enciam i pastanaga · Fruita de temporada
9 · Pasta amb salsa napolitana · Truita francesa amb enciam i brots de soja · Fruita de temporada	10 · Patata i coliflor · Pollastre al forn a les fines herbes i xampinyons · Fruita de temporada	11 · Arròs amb verdures · Lluç al forn amb salsa verda i enciam amb pastanaga · Fruita de temporada	12 · Mongeta verda amb patata · Daus de gall dindi amb xampinyons · logurt natural	13 · Crema d'hortalisses · Cigrons amb verdures i arròs · Fruita de temporada
16 · Arròs amb tomàquet · Pollastre arrebossat amb enciam i olives · Fruita de temporada	17 · Empedrat de cigrons · Gall dindi al curri amb cuscús · Fruita de temporada	18 · Verdures tricolor · Estofat de vedella amb xampinyons · Fruita de temporada	19 · Crema de carbassa · Truita de patates amb enciam i tomàquet · logurt natural	20 · Fideuà de verdures · Rap al forn amb ceba i tomàquet acompanyat d'enciam i brots de soja · Fruita de temporada
23 · Arròs amb hortalisses · Truita de carbassó amb enciam i pastanaga · Fruita de temporada	24 · Amanida de pasta · Lluç a la romana amb enciam i olives · Fruita de temporada	25 · Bledes amb patates · Mandonguilles a la cassola amb salsa i cuscús · logurt natural	26 · <u>JORNADA XINA</u> · Arròs tres delícies (sense pèsols) · Rotllets de primavera (sense llegum) · Postre especial	27 · Crema de carbassó · Pasta a la bolonyesa de carn · Fruita de temporada
30	31			

LES BLEDES

Al mes de març, les bledes són una verdura de temporada molt present a les cuines. Destaquen pel seu contingut en fibra, vitamines A i C i minerals com el calci i el magnesi, que contribueixen al bon funcionament de l'organisme. A més, són molt versàtils i es poden preparar bullides, saltades, en cremes o com a acompanyament de molts plats.

