

# Abril

DEL 3 AL 7  
D'ABRIL

DEL 10 AL 14  
D'ABRIL

DEL 17 AL 21  
D'ABRIL

DEL 24 AL 28  
D'ABRIL

DILLUNS

SETMANA SANTA

SETMANA SANTA

**ARRÒS AMB  
TOMÀQUET**  
  
TRUITA A LA FRANCESA  
amb enciami pastanaga  
Fruita del temps

**AMANIDA** (enciam,  
pastanaga ratllada, olives i  
formatge)  
**MACARRONS  
BOLONYESA**  
  
Fruita del temps

L'abril acull la primavera i ens ofereix aliments com la mongeta verda, la remolatxa i les maduixes. Nyam Nyam!

DIMARTS

SETMANA SANTA

**AMANIDA DE LLACETS**  
(tomàquet, blat de moro i  
olives de colors)  
**SEITONS EN TEMPURA**  
amb enciam i tomàquet  
  
Fruita del temps

**LLENTIES ESTOFADES  
AMB VERDURETES**  
(pastanaga, ceba, tomàquet,  
pebrot vermell)  
**GALL D'INDI ESTOFAT**  
amb amanida  
Fruita del temps

**LLENTIES GUISADES  
AMB VERDURETES**  
(pastanaga, tomàquet,  
ceba, carbassó,  
**PERNILETS DE  
POLLASTRE AL FORN**  
amb tomàquet amanit  
Fruita del temps

DIMECRES

SETMANA SANTA

**ARRÒS AMB VERDURES**  
(pastanaga, pèsols, ceba,  
pebrot)  
**POLLASTRE ROSTIT**  
amb ceba i xampinyons  
  
Fruita del temps

**AMANIDA DE PATATA**  
(patata, pebrot verd,  
olives ceba i tomàquet)  
**PEIX AL FORN**  
amb pastanaga  
Fruita del temps

**AMANIDA D'ARRÒS**  
(olives, blat de moro i  
tomàquet, amb oli d'oliva)  
**TRUITA DE CARBASSÓ**  
amb enciam i pastanaga  
  
Fruita del temps

Celebrem la diada de Sant Jordi amb un menú escolar ple de llibres, roses i dracs!

DIJOUS

SETMANA SANTA

**AMANIDA DE  
TOMÀQUET, FORMATGE  
I OLIVES**  
  
**LLENTIES ESTOFADES  
AMB VERDURES**  
  
Fruita del temps

**CIGRONS A LA  
CATALANA**  
  
**POLLASTRE AL FORN**  
amb patata caliu  
  
Fruita del temps

**MONGETA BLANCA  
ESTOFADA AMB  
VERDURES**  
  
**PEIX FRESC SEGONS  
MERCAT**  
amanida d'enciam i olives  
  
Fruita del temps

DIVENDRES

SETMANA SANTA

**MONGETA VERDA AMB  
PATATA**  
  
**TRUITA DE CARBASSÓ**  
amb amanida  
  
logurt

**MENÚ LITERARI  
SANT JORDI**  
  
**SOPA DE LLETRES**  
  
**LLIBRETS DE PERNIL I  
FORMATGE**  
amb amanida  
**GELATINA ROSA**

**ANIVERSARIS**  
**CREMA DE PASTANAGA**  
  
**PIZZA**  
  
**PASTÍS D'ANIVERSARI**



Els aliments ecològics que utilitzem són: les llegums, l'arròs, i la pasta. Fem servir fruita i verdura de temporada i de proximitat. Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat. Un cop al mes es servirà peix fresc.



## A l'escola han dinat

Pasta, arròs, llegum o patata

Verdures o amanida d'hortalisses

Peix

Carn

Ou

Fruïta

Làctic

## A casa podem sopar

Hortalisses al vapor, en crema, saltades o en amanida

Arròs, pasta, verdures, un altre cereal, patata

Carn blanca, ou o proteïna vegetal\*

peix blau, blanc, ou o proteïna vegetal\*

Carn blanca, peix blau o proteïna vegetal\*

Làctics, postres vegetals, fruita

Fruïta

*\*Proteïna vegetal: llegum, tofu, seità, tempeh*

## IDEES PELS SOPARS DE PRIMAVERA

Amanida verda amb mandonguilles de cigrons

Torrada amb alvocat i formatge.

Ous al forn amb verdures i cuscús.

Pasta amb salmó amb brocoli i crema de formatge.

Truïta de verdures (pastanaga, patata i pèsols) amb carbassó al forn.

Pastís de patata i bacallà amb maïonesa

Saltat de verdures i arròs amb daus de pollastre a la planxa.

Crema de pèsols amb porro i encenalls de pernil salat

Amanida de pasta amb ou dur, tomàquet i olives

Hummus de lentilles amb crudités de verdures.

Croquetes casolanes de verdures i formatge amb tomàquet amanit.