



CEIP

Menú GENERAL

mes de abril de 2025

El dinar s'acompanya de **pa integral** i **aigua**. La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i Oli d'Oliva verge extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: **Fraula, Pera, Poma, Plàtan i Taronja**.

Les hortalisses d'aquest mes són: **All tendre, Bledes, Bròquil, Carabassa, Carxofa, Cols, Colflori, Enciam, Espinac, Grells, Pastanaga i Tomàtiga**.

El iogurt que s'ofereix sempre és natural. Sense sucre o amb sucre, a demanda del centre. Els lactis tenen menys de 12,3g de sucres/ 100g.

1	2	3	4	
ESPAGUETIS INTEGRALS A LA CARBONARA (1,3,6,7)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA CASOLANA	LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES (1)	SOPA DE BROU DE VERDURES (1,3,9)	
LLUÇ A LA PLANXA AMB PICADA (all, julivert i llimona) (4)	TRUITA A LA FRANCESA (3)	INDIOT AMB SALSA CAÇADORA (ceba i xampinyons)	LIMANDA A LA MILANESA (ou, pa ratllat, all i julivert) (1,3,4)	
ENSALADA AMB OLIVES (lletuga, iceberg i tomàtiga)	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, canonges, tomàtiga i pastanaga)	PATATES ROSTIDES	TOMÀTIGA TREMPADA AMB ALFÀBREGA	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Sugerència de cena: Cuscús saltejat amb verdures i ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Salmó a la planxa amb patata i verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i raoles de verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema de verdures i pizza variada / Fruita	
7	8	9	10	11
SOPA DE BROU DE CARN (1,3,9)	"ARRÒS BRUT"	CREMA DE PASTANAGA (ceba, porro, pastanaga i patata) I MONGETES	AGUIAT DE CIURONS AMB VERDURES	ESPIRALS AL PESTO (1,3,7,8)
ESCALOP CASOLÀ DE POLLASTRE (1,3)	LIMANDA A L'ANDALUSA (1,4)	LLOM ROSTIT	PIT DE POLLASTRE AL FORN AMB CEBA	TRUITA A LA FRANCESA (3)
ENSALADA AMB SÈSAM (lletuga, pastanaga i tomàtiga cicero) (11)	BRÒQUIL I PASTANAGA	CEBA I PATATES	ENSALADA GREGA (tomàtiga, cogombre, ceba morada, olives negres i formatge) (7)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Quínoa saltejada amb verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i lluç amb arròs bullit / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema de verdures i ous amb patates / Fruita	Suggeriment de sopar: "Quesadillas" variades / Fruita
14	15	16	17	18
ARRÒS DE PEIX (2,4,9,14)	LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES (1)	MACARRONS INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3)		
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	LLOM DE PORC A LA PLANXA	SALMÓ AL FORN (4)		
ENSALADA AMB CROSTONS (lletugues variades, tomàtiga i pastanaga) (1)	PATATES FREGIDES	ENSALADA AMB CRÉIXENS (iceberg, créixens, ceba morada i tomàtiga cicero) (1)	Festiu	Festiu
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA		
Suggeriment de sopar: Lluç al forn amb verdures i patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i truita a la francesa amb pa / Fruita	Suggeriment de sopar: Coca de verdures / Fruita		
28	29	30	La quota s'abonarà de l'1 al 5 de cada mes	
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES (1)	FIDEUS BROUOSOS DE CARN I VERDURES (1,3,9)	CREMA DE BLEDES I CARABASSA AMB CROSTONS (1)		
CROQUETES DE POLLASTRE (1,3,6,7,9,10,11)	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	PALOMETA AL FORN AMB SALSA DE TOMÀTIGA (4)		
ENSALADA AMB OLIVES (lletuga, iceberg i tomàtiga)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB ALFÀBREGA	ARRÒS AMB VERDURES (pèsols i pastanaga)		
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA		
Suggeriment de sopar: Puré de carabassa i truita de xampinyons / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures saltejades / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i raoles de verdures / Fruita		

Al·lèrgens de declaració obligatòria

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscs