

MANUALITAT Rosa de Sant Jordi



Recorda:

- El menú de cada dia esta **elaborat el mateix dia.**
- D'aquest menú un **25% de la pasta és ecològica.**
- El nostre arròs prové del **delta de L'Ebre.**
- És molt important la fruita dins de la nostra dieta, els làctics no han de substituir a la fruita. És **de proximitat i dues vegades al mes és ecològica.**
- Els dijous el **pa és integral.**
- Per cuinar i amanir s'utilitza **oli d'oliva** i per fregir oli de gira-sol alt oleic.
- El sopar serà el millor moment per a **complementar la nostra dieta**, si ho feu d'hora ajudarà als nens a dormir bé.
- Només hauríem de menjar brioxeria, pastissos i dolços **esporàdicament.**

ABRIL 2023 - Menú Gumen llars

3 DILLUNS

SETMANA SANTA

4 DIMARTS

SETMANA SANTA

5 DIMECRES

SETMANA SANTA

6 DIJOUS

SETMANA SANTA

7 DIVENDRES

SETMANA SANTA

10 DILLUNS

DILLUNS DE PASQUA

12 DIMARTS

Pasta tricolor amb ceba, xampinyons i gall d'indi
Truita a la francesa amb enciam i blat de moro
logurt natural

13 DIMECRES

Crema de carbassa
Llenties guisades amb verdures
Fruita de proximitat

14 DIJOUS

Arròs amb tomàquet
Lluç a la planxa amb enciam, tomàquet i pastanaga
Fruita de proximitat

15 DIVENDRES

Sopa de pasta
Pernilets de pollastre al forn amb ceba i xampinyons
Fruita de proximitat

17 DILLUNS

Purè de llenties i verdures
Croquetes vegetals amb patates xips
Fruita de proximitat

18 DIMARTS

Minestra de verdures
Pollastre a l'allet amb enciam i pastanaga
Fruita de proximitat

19 DIMECRES

Arròs tres delícies
Bacallà al forn amb ceba i tomàquet
Fruita de proximitat

20 DIJOUS

Macarrons amb tomàquet
Truita de carbassó amb enciam i pastanaga
logurt natural

21 DIVENDRES

Crema de carbassó
Estofat de gall d'indi amb patates i xampinyons
Fruita de proximitat

24 DILLUNS

Mongeta tendra, patata i pastanaga
Pollastre a l'Orly amb enciam i blat de moro
Fruita de proximitat

25 DIMARTS

Espirals tricolor amb ceba i xampinyons
Lluç al forn amb ceba, pastanaga i tomàquet
Fruita de proximitat

26 DIMECRES

Crema de carbassa amb crostonets de pa
Cigrans amb patata i verdures
Fruita de proximitat

27 DIJOUS

Patata i pèsols
Truita a la francesa amb enciam i pastanaga
Fruita de proximitat

28 DIVENDRES

Arròs amb verdures
Mandonguilles amb salsa de tomàquet
logurt natural