

<b>SOPAR</b>

DIMARTS 1
- Bròquil i patata al vapor - Pernilets de pollastre rostit amb salsa de prunes amb amanida - Pera
<b>SOPAR</b>

DIMECRES 2
- Crema de carbassó amb rostes - Estofat de gall dindi amb xampinyons amb amanida - Plàtan
<b>SOPAR</b>

DIJOUS 3
- Arròs integral saltejat amb all i julivert - Mandonguilles de pollastre amb salsa de tomàquet i amanida - Iogurt natural
<b>SOPAR</b>

DIVENDRES 4
- Mongetes seques guisades amb verdures (ceba, pastanaga) - Truita de patata i ceba amb amanida - Taronja
<b>SOPAR</b>

DILLUNS 7
- Pèsols, pastanaga i patata al vapor - Ventresca de lluç a la donostiarra amb amanida - Kiwi
<b>SOPAR</b>

DIMARTS 8
BENVINGUDA ERASMUS - Baba Ganoush - Arròs amb verdures i calçots amb alloli de romesco - Crema Catalana
<b>SOPAR</b>

DIMECRES 9
- Cigrons i patata al vapor - Truita de carbassó amb amanida - Poma
<b>SOPAR</b>

DIJOUS 10
- Crema de verdures - Aletes de pollastre adobades amb cuscús - Pera
<b>SOPAR</b>

DIVENDRES 11
- Espirals amb salsa de tomàquet - Gall dindi amb salsa ximurri i amanida - Plàtan amb xocolata
<b>SOPAR</b>

DILLUNS 14
SETMANA SANTA
<b>SOPAR</b>

DIMARTS 15
SETMANA SANTA
<b>SOPAR</b>

DIMECRES 16
SETMANA SANTA
<b>SOPAR</b>

DIJOUS 17
SETMANA SANTA
<b>SOPAR</b>

DIVENDRES 18
SETMANA SANTA
<b>SOPAR</b>

DILLUNS 21
SETMANA SANTA
<b>SOPAR</b>

DIMARTS 22
- Arròs integral amb salsa de tomàquet i tonyina - Croquetes de bacallà amb amanida - Plàtan
<b>SOPAR</b>

DIMECRES 23 - SANT JORDI
- Hummus de pèsols - Salsitxes de pollastre amb ceba caramelitzada, pa amb tomàquet - Rosa de pasta de full
<b>SOPAR</b>

DIJOUS 24
- Espirals amb crema de llet - Truita de carbassó amb amanida - Kiwi
<b>SOPAR</b>

DIVENDRES 25
- Mongeta verda amb patata al vapor - Bacallà a la mussolina d'alls amb amanida - Poma
<b>SOPAR</b>

DILLUNS 28
- Hummus de cigrons amb crudités - Macarrons a la bolonyesa vegetal (amb formatge) - Kiwi
<b>SOPAR</b>

DIMARTS 29
- Arròs integral saltat amb xampinyons - Pernilets de pollastre rostit al forn amb amanida - Pera
<b>SOPAR</b>

DIMECRES 30
- Llenties guisades amb verdures - Tronquets de lluç arrebosats amb amanida - Plàtan
<b>SOPAR</b>

<b>SOPAR</b>

<b>SOPAR</b>

\* Cada dia hi ha amanida al menú feta a partir d'hortalisses fresques: enciam, espinacs, tomàquet, pebrot, ceba, remolatxa, pastanaga...  
\* Cada hi haurà pa integral  
\* Les truites estan elaborades amb ous frescos  
\* L'arròs i tots els llegums són de circuit curt i ecològics.  
\* Arrebosats són d'elaboració pròpia i cuinats amb oli d'oliva.  
\* Els iogurts són sempre ecològics, elaborats artesanalment a la Garrotxa.

Els menús estan fets amb seguint la guia: "Alimentació Saludable en l'etapa escolar" Edició 2020.  
  
\* Les carns d'aus (pollastre i gall dindi) i el conill tenen certificat HALAL