

Institut Arnau Cadell Menú Baix en Fructosa i Sorbitol

Abril'24

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	2 Macarrons amb orenga, oli d'oliva i sal s/sofregit de tomàquet	3 Bledes amb patata i oli d'oliva	4 Arròs amb carbassó i col	5 Amanida de patata
VACANCES SEMANA SANTA	Truita de formatge amb amanida de pastanaga ratllada i olives	Pollastre al forn amb mostassa i amanida verda	Peix arrebossat amb amanida d'enciam i cogombre	Hamburguesa de vedella a la planxa amb xips de patata
	Fruita de temporada (no poma, pera, kaqui ni raïm)	Fruita de temporada (no poma, pera, kaqui ni raïm)	Fruita de temporada (no poma, pera, kaqui ni raïm)	Fruita de temporada (no poma, pera, kaqui ni raïm)
8 Trinxat de col i patata amb oli d'oliva	9 Cuscús amb coliflor, endívies i xampinyons	10 Crema de carbassó i patata s/ceba	11 Sopa (col, api i carn) amb galets	12 Arròs amb orenga, oli d'oliva i sal
Gall d'indi rostit amb herbes provençals	Falafels amb salsa i amanida d'enciam i cogombre	Mandonguilles amb salsa de carbassa i patates al caliu	Truita de pernil dolç amb amanida d'enciam i olives	Peix al forn amb amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada (no poma, pera, kaqui ni raïm)	Fruita de temporada (no poma, pera, kaqui ni raïm)	logurt natural	Fruita de temporada (no poma, pera, kaqui ni raïm)	Fruita de temporada (no poma, pera, kaqui ni raïm)
15	16 Espirals marcians s/ceba	17 Arròs amb col, endívies i truita	18 Coliflor amb patata i oli d'oliva	19 Llenties estofades amb col, pebrot verd i endívies s/ceba, porro ni tomàquet
FESTA LOCAL	Croquetes de pernil amb amanida d'enciam i nap ratllat	Calamars a l'andalusa amb amanida d'enciam i nap	Pollastre al forn amb xampinyons saltejats	Ous al plat amb amanida d'enciam i pastanaga
	logurt natural	Fruita de temporada (no poma, pera, kaqui ni raïm)	Fruita de temporada (no poma, pera, kaqui ni raïm)	Fruita de temporada (no poma, pera, kaqui ni raïm)
22 Arròs amb xampinyons s/ceba ni porro	23 DIA DE SANT JORDI Sopa (col, api i carn) amb lletres	24 Crema de carbassó i patata s/ceba ni porro	25 Amanida complerta (endívies, olives i col)	26 Patates estofades s/ceba, porro ni tomàquet
Pollastre al forn amb amanida d'enciam i cogombre	Llibrets de llom amb amanida d'enciam i olives	Pizza variada s/ceba, porro ni tomàquet amb amanida d'enciam i remolatxa	Macarrons amb bolonyesa (carbassó, api i xampinyons) amb formatge s/ceba, porro ni tomàquet	Ous farcits s/tomàquet amb amanida d'enciam i cogombre
Fruita de temporada (no poma, pera, kaqui ni raïm)	logurt natural	Fruita de temporada (no poma, pera, kaqui ni raïm)	Fruita de temporada (no poma, pera, kaqui ni raïm)	Fruita de temporada (no poma, pera, kaqui ni raïm)
29 Llenties estofades amb col, pebrot verd i endívies s/ceba, porro ni tomàquet	30 Bròcoli amb patata i oli d'oliva	1	2	3
Truita de carbassó s/ceba amb amanida d'enciam pastanaga	Nuggets vegetals amb amanida d'enciam i pastanaga			
Fruita de temporada (no poma, pera, kaqui ni raïm)	Fruita de temporada (no poma, pera, kaqui ni raïm)			

Menús elaborats pel dietista **Gabor Smit**

~~LA VERDURA, LA FRUJA~~ I EL IOGURT que serveixen son de temporada i de proximitat;

DOBLE VIA

ESCOLES

