



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
03/03	04/03	05/03	06/03	07/03
FESTIU DE LLIURE DISPOSICIÓ	Llenties estofades amb verdures de temporada Truita a la francesa amb amanida de pastanaga ratllada i olives Fruita de temporada	Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Cigrons rostits amb ceba i moniato Fruita de temporada	Macarrons marcianos Mongetes saltejades amb ceba, patata i romani Iogurt natural	Arròs amb sofregit de tomàquet Nuggets vegetals amb salsa i amanida d'enciam pastanaga Fruita de temporada
10/03	11/03	12/03	13/03	14/03
Espaguëtis amb herbes provençals i formatge Truita a la francesa amb xampinyons saltejats Iogurt natural	Arròs 3 delícies vegetal Llenties saltejades amb porro i carbassó i amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Crema de carbassa Espirals a la bolonyesa vegetal Fruita de temporada	Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Mongetes saltejades amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada	Cigrons amb sofregit de tomàquet Ous durs gratinats amb llit de patates Fruita de temporada
17/03	18/03	19/03	20/03	21/03
Arròs amb porro i carbassa Pèsols saltejats amb ceba i pebrot Iogurt natural	Llenties estofades amb verdures de temporada Truita d'espínacs amb amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Patates estofades amb verdures Mongetes saltejades amb porro i xampinyons amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Crema de moniato Cigrons saltejats amb salsa BBQ i amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	Verdures al forn Mandonguilles vegetals a la jardineria Fruita de temporada
24/03	25/03	26/03	27/03	28/03
Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Hamburguesa de vegetal al forn amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Crema de carbassó Cigrons a l'allet amb amb xampinyons saltejats Fruita de temporada	Arròs amb verdures Truita de formatge s/bacó amb amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Mongetes saltejades Verdures al forn amb amanida verda Fruita de temporada	Macarrons gratinats Falafels amb salsa i amanida d'enciam i remolatxa Iogurt natural
31/03				
Llenties estofades amb verdures de temporada Truita a la francesa amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada				

Menús elaborats pel dietista Gabor Smit

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