

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<b>2</b> <b>DILLUNS DE PASQUA</b>	<b>3</b> Macarrons amb salsa napolitana Filet de lluç al forn amb verduretes Patates xips logurt "La Fageda"	<b>4</b> Crema de carbassò Salsitxes saltjades al forn amb allada Amanida Fruita	<b>5</b> Llenties estofades Croquetes d'au Amanida Fruita	<b>6</b> Sopa de rap Truita de patates amb formatge tendre Amanida amb tonyina Fruita
<b>8</b> Mongeta tendre perona amb patates Mandonguilles de vedella al forn Amanida logurt "La Fageda"	<b>10</b> Cigrons estofats Truita a la francesa Tomàquet provençal Fruita	<b>11</b> Espaguetis a la Bolonyesa Abadejo al forn amb salsa verda Amanida Fruita	<b>12</b> Paella mixta Mossets de peix Amanida amb tonyina Fruita	<b>13</b> Sopa d'au Pernilets de pollastre rostits al forn Amanida Préssec en almívar
<b>16</b> Arròs amb salsa de tomàquet Hamburguesa de vedella a la planxa Amanida logurt "La Fageda"	<b>17</b> Mongetes estofades Our dur amb beixamel Amanida Fruita	<b>18</b> Crema de carbassa i pastanaga Gall d'Indi amb salsa de verdures Amanida Fruita	<b>19</b> Fideuà Gallineta al forn amb all i julivert Tomàquet amanit Fruita	<b>20</b> Sopa de Brou Pit de pollastre arrebossat Amanida variada Fruita
<b>23</b> Estofat de patates amb verduretes i costelles Bacallà amb all i julivert Amanida logurt "La Fageda"	<b>24</b> Mongeta tendre rodona amb patates Botifarra d'au a la planxa Amanida amb tonyina Fruita	<b>25</b> Llenties estofades Truita amb carbassò Amanida variada Fruita	<b>26</b> Macarrons a la carbonara Pollastre rostit "al ajillo" Amanida Fruita	<b>27</b> Arròs tres delícies Cues de rap a la marinera Amanida variada Préssec en almívar
<b>30</b> <b>FESTA LLIURE</b> <b>DISPOSICIÓ</b>				



## PA INTEGRAL 3 COPS A LA SETMANA

### AMANIDES

(Pastanaga, enciam, blat de moro, soja, remolatxa i olives segons el dia)

**\* Afegim Tonyina 1 cop a la setmana per compensar l'OMEGA-3**

### TÈCNICA CULINÀRIA

- \* Riojana: Ceba, all, porro, tomàquet, pebre vermell dolç i carn magre
- \* A la cassola: Sofregit de verdura, tomàquet i carn magre
- \* Salsa Napolitana: Tomàquet fregit i ceba
- \* Salsa de Verdures: Ceba, pebrot vermell i verd, tomàquet, pastanaga, porro i alls tendres
- \* Salsa Bolonyesa: Ceba, tomaquet, pastanaga, orenga i carn picada
- \* Salsa carbonara: Llet, ceba, maicena, nou moscada i bacón

### FRUITA DEL TEMPS (SM)

Taronja, poma, plàtan, Kiwi, pera, raïm, mandarina...

**A la web trobaran les recomanacions dels sopars**

DIETES SETMANALS				
Sopa d'arròs Pit de pollastre planxa logurt natural	Patata amb pastanaga Lluç a la planxa Codony	Sopa de peix Truita a la francesa Poma	Pasta bullida amb oli i sal Peix a la planxa Plàtan madur	Sopa d'au amb arròs Pit de Gall d'Indi planxa logurt natural