



Dilluns

3

Dimarts

4

Dimecres

5

Dijous

6

Divendres

7

10

11

12

13

14

Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat
Trita a la francesa
Enciams variats amanits amb tomàquet i pastanaga
logurt natural

i per sopar...
Amanida de tomàquet, nous i olives
Porc amb salsa de formatge
Fruita de temporada

Arròs amb verdures
Filet de lluç a la planxa
Enciams variats amanits amb col llombarda i api
Fruita de temporada

i per sopar...
Col amb patata
Ous durs amb salsa de tomàquet
Fruita de temporada

Mongeta tendra amb patata
Cruixents de pollastre arrebossat casolans
Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres
Fruita de temporada

i per sopar...
Sopa de verdures amb pistons
Sardines fresques al forn
Llesca de pa amb tomàquet
Fruita de temporada

Mongetes seques estofades amb pastanagues
Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa
Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Cuscús amb hortalisses i fruita seca esmicolada
Fruita de temporada

17

18

19

20

21

Pèsols guisats amb patates
Filet de gall dindi arrebossat
Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida de quinoa, pastanaga, blat de moro, alvocat, xerri i olives negres
Fruita de temporada

Risotto de formatges
Peix fresc de Mercat
Rodanxetes de tomàquet i olives verdes amanides amb oli d'oliva i orenga
Fruita de temporada

i per sopar...
Crema de porros i rostes de pa
Filet de gall dindi a la planxa amb compota de poma i canyella
Fruita de temporada

Crema de verdures de temporada
amb rostes de pa al forn
Lasanya amb bolonyesa vegetal
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida verda d'hortalisses
Sopa barrejada (verdures i carn del caldo amb pistons)
Fruita de temporada

Cigrons bullits amb oli d'oliva
Trita de pernil cuit
Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga
Fruita de temporada

i per sopar...
Espinacs amb cigrons, panses i pinyons
Tirètes d'alvocat i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

Sopa de lletres
Broqueta de pollastre a la planxa amb salsa quètxup
Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro
Pastís de Sant Jordi

i per sopar...
Saltat de verdura i patata de temporada
Seitons al forn amb all i julivert
Fruita de temporada

24

25

26

27

28

Mongeta tendra amb patata
Fideuà de peix amb salsa alloli
Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda
Fruita de temporada

i per sopar...
Sopa d'au amb arròs
Trita de pebrots
Fruita de temporada

Lenties estofades amb patates
Peix fresc de Mercat
Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga
logurt natural

i per sopar...
Crema de carbassa amb rostes cruixents
Bistec de vedella a la planxa
Guacamole amb torradeta de pa
Fruita de temporada

Crema de verdures de temporada
amb rostes de pa al forn
Llom de porc al forn amb salsa d'ametlles
Patates a grills al forn amb espècies
Fruita de temporada

i per sopar...
Coliflor al vapor
Falafel al forn
Patata al caliu
Fruita de temporada

Sopa de lluç amb pistons
Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida variada
Orada al forn amb moniato
Fruita de temporada

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Trita de patata i fonoll
Enciams variats amanits amb raves i pastanaga
Fruita de temporada

i per sopar...
Crema de pastanaga
Llibrets de gall dindi
Fruita de temporada

Peix fresc de mercat: No podem especificar el tipus de peix ni el seu mode de cocció perquè dependrà de la pesca, el temps i el mar. Sabem que serà peix de platja i sabem que seran lluç, mare de lluç, bacallanet, sorell, bròtola, llenguadina, mòllera, truita de riu, salmó, orada, verat, moixina i seitó. Cada peix serà pescat en la seva temporada i les coccions seran diverses i les determinarà el tipus de peix. Els cuinarem a l'andalusa, a la romana, enfarinat, arrebossat, a la planxa, al forn amb verdures, al forn amb ceba, tomàquet i patates, amb salsa de tomàquet o salsa verda, amb salsa d'anet i també farem suquet amb patates



Dilluns

1

Dimarts

2

Dimecres

3

Dijous

4

Divendres

5

Crema de verdures de temporada
amb rostes de pa al forn
Arròs a la cassola amb au
Fruita de temporada

i per sopar...
Purè de bròquil i pastanaga
Hamburguesa vegetal
Xips de xirivía i pastanaga
Fruita natural de temporada

Espaguetis integrals amb salsa de formatges
Filet de lluç amb ceba, all i llorer al forn
Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd
logurt natural

i per sopar...
Amanida de tomàquet, nous i olives
Cuscús amb verdures i ametlles
Fruita natural de temporada

Lenties estofades amb arròs
Trita a la francesa
Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida d'arròs completa
Sonsos arrebossats
Fruita natural de temporada

Verdura de temporada amb patata
Croquetes de cigró casolanes
Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres
Fruita de temporada

i per sopar...
Coliflor gratinada
Trita de patata i ceba
logurt natural amb síndria

8

Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat
Trita de verdures
Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i pastanaga
logurt natural

i per sopar...
Amanida verda d'hortalisses
Sandvitx d'alvocat, olivada i bonítol
Fruita natural de temporada

9

Arròs amb verdures
Peix fresc de Mercat
Enciams variats amanits amb col llombarda i api
Fruita de temporada

i per sopar...
Coliflor amb patata
Gall dindi arrebossat amb cogombre i blat de moro
Fruita de temporada

10

Crema de verdures de temporada
amb rostes de pa al forn
Llenties estofades amb patates
Fruita de temporada

i per sopar...
Patates guisades amb bacallà
logurt amb ametlles

11

Mongeta tendra amb patata
Cruixents de pollastre arrebossat casolans
Rodanxetes de tomàquet i olives verdes amanides amb oli d'oliva i orenga
Fruita de temporada

i per sopar...
Sardines fresques al forn
Amanideta verda
Llesqueta de pa amb tomàquet i oli d'oliva
Fruita natural de temporada

12

Mongetes seques saltades amb all i julivert
Filet de carn magra de porc a la planxa
Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Arròs saltat amb hortalisses
Ous farcits d'estiu
Fruita natural de temporada

15

Pèsols i patata (amb maionesa opcional)
Pollastre rostit amb verdures i herbes aromàtiques
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida amb fruits secs
Hummus amb bastonets de pa integral
logurt natural

16

Sopa d'au amb arròs
Peix fresc de Mercat
Enciams variats amanits amb raves i olives verdes
Fruita de temporada

i per sopar...
Espinacs saltats amb panses i pinyons
Filet de porc amb salsa de formatge
Fruita natural de temporada

17

Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga i pa torrat
Trita de patata i ceba
Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga
Fruita de temporada

i per sopar...
Sopa de pasta integral
Mandonguilles vegetals amb salsa de tomàquet
Fruita natural de temporada

18

Crema de verdures de temporada
amb rostes de pa al forn
Lasanya amb bolonyesa vegetal
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida de tomàquet i olives
Quiche d'ou amb verdures
Fruita natural de temporada

19

Verdura de temporada amb patata
Filet de gall dindi arrebossat
Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro
logurt natural

i per sopar...
Amanida verda d'hortalisses
Pizza casolana amb xampinyons, mozzarella, olives i pernil salat
Fruita natural de temporada

22

Amanida juliana de colors
Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil
Fruita de temporada

i per sopar...
Patata i bròquil
Lluç amb salsa verda
Fruita natural de temporada

23

Llenties estofades amb patates
Peix fresc de Mercat
Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida de tomàquet, nous i olives
Trita de patata i ceba
Llesca de pa amb tomàquet
Fruita natural de temporada

24

Crema de verdures de temporada
amb rostes de pa al forn
Mandonguilles mixtes amb salsa d'ametlles
Patates a grills al forn amb espècies
Fruita de temporada

i per sopar...
Purè de moniato i pastanaga
Trita amb carbassó
Fruita natural de temporada

25

Mongeta tendra amb patata
Fideuà de peix amb salsa alloli
Fruita de temporada

i per sopar...
Salmó a la papillota amb pastanaga, carbassó i ceba
Fruita natural de temporada

26

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Trita de pernil cuit
Enciams variats amanits amb raves i pastanaga
Postres d'aniversari

i per sopar...
Orada al forn amb pèsols i pastanaga baby
Fruita natural de temporada

Peix fresc de mercat: No podem especificar el tipus de peix ni el seu mode de cocció perquè dependrà de la pesca, el temps i el mar. Sabem que serà peix de platja i sabem que seran lluç, mare de lluç, bacallanet, sorell, bròtola, llenguadina, mòllera, truita de riu, salmó, orada, verat, moixina i seitó. Cada peix serà pescat en la seva temporada i les coccions seran diverses i les determinarà el tipus de peix. Els cuinarem a l'andalusa, a la romana, enfarinat, arrebossat, a la planxa, al forn amb verdures, al forn amb ceba, tomàquet i patates, amb salsa de tomàquet o salsa verda, amb salsa d'anet i també farem suquet amb patates



Dilluns

29 Maig

Crema de verdures de temporada
amb rostres de pa al forn
Arròs a la cassola amb au
Fruita de temporada

i per sopar...
Sopa de meravel·la
Llenguado a la planxa amb
pebrot escalivat
Fruita natural de temporada

Dimarts

30 Maig

Espaguetis integrals amb salsa
de formatges
Peix fresc de Mercat
Enciams variats amanits amb
raves i tomàquet verd
Fruita de temporada

i per sopar...
Arròs amb verdures
Hamburguesa vegetal
Mel i mató

Dimecres

31 Maig

Verdura de temporada amb
patata
Croquetes de cigró casolanes
Enciams variats amanits amb
cogombre i olives negres
Fruita de temporada

i per sopar...
Crema de pastanaga
Remenat d'ou i porro
Fruita natural de temporada

Dijous

1

Amanida de lleties, enciams
variats, pastanaga ratllada i
olives
Fruita a la francesa
Rodanxetes de tomàquet i olives
negres amanides amb oli d'oliva i
orenga
Fruita de temporada

i per sopar...
Sipia a la planxa i patata al caliu
Carbassó a la planxa
Fruita natural de temporada

Divendres

2

Croquetes de pollastre
Entrepanet de salsitxes
amb assortit de salses
Patates rosses
Gel·lat de gel sabor

i per sopar...
Trinxat de col
Rodanxa de formatge fresc
Fruita natural de temporada

5

Macarrons a la napolitana amb
formatge ratllat
Fruita de verdures
Enciams variats amanits amb
tomàquet vermell i pastanaga
logurt natural

i per sopar...
Bledes amb patata
Pinxos de rap i pinya
Fruita natural de temporada

6

Arròs amb verdures
Peix fresc de Mercat
Enciams variats amanits amb col
lombarda i api
Fruita de temporada

i per sopar...
Purè de patates, carn picada,
ceba, carbassó i salsa de
tomàquet
Fruita natural de temporada

7

Mongeta tendra amb patata
Cruixents de pollastre arrebossat
casolans
Enciams variats amanits amb
cogombre i olives negres
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida amb fruita seca i
formatge
Sopa amb cigronets i meravel·la
Fruita natural de temporada

8

Crema de verdures de
temporada
amb rostres de pa al forn
Lleties estofades amb patates
Fruita de temporada

i per sopar...
Llobarro al forn amb moniato,
ceba, tomàquet i pastanaga
Fruita natural de temporada

9

Mongetes seques saltades amb
all i julivert
Hamburguesa mixta (porc i
vedella) a la planxa
Enciams variats amanits amb
pastanaga i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida de tomàquet
Fruita de patates
Fruita natural de temporada

12

Pèsols i patata (amb maionesa
opcional)
Pollastre rostit amb verdures i
herbes aromàtiques
Fruita de temporada

i per sopar...
Mini pizzes d'albergínia i
mozzarella
Broquetes de rap, gamba,
carbassó i tomàquet
logurt amb anacards

13

Sopa d'au amb arròs
Peix fresc de Mercat
Enciams variats amanits amb
cogombre i olives negres
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida de quinoa, pastanaga,
blat de moro, alvocat, xerri i
olives negres
logurt amb ametlles

14

Crema de verdures de
temporada
amb rostres de pa al forn
Lasanya amb bolonyesa vegetal
Fruita de temporada

i per sopar...
Quinoa amb verdures i fruita
seca
Formatge
Fruita natural de temporada

15

Hummus de cigrons amb
temporada
bastonets de pastanaga i pa
torrat
Fruita de patata i ceba
Enciams variats amanits amb
cogombre i pastanaga
Fruita de temporada

i per sopar...
Amanida de tomàquet i olives
Orada al forn amb carbassó i
patata al caliu
Fruita natural de temporada

16

Verdura de temporada amb
patata
Filet de gall dindi arrebossat
Enciams variats amanits amb col
lombarda i blat de moro
logurt natural

i per sopar...
Fruita amb formatge
Llesca de pa amb tomàquet
Verdures al vapor
Fruita natural de temporada

19

Amanida juliana de colors
Cassoleta de cigrons al curri
amb patates
Fruita de temporada

i per sopar...
"Gazpacho"
Croquetes casolanes
Patata al caliu
Fruita natural de temporada

20

Lleties estofades amb patates
Peix fresc de Mercat
Enciams variats amanits amb
cogombre i pastanaga
Fruita de temporada

i per sopar...
Crema de verdures de
temporada
Falafel al forn
Fruita natural de temporada

21

Arròs integral amb salsa de
tomàquet
Fruita de carbassó i ceba
Enciams variats amanits amb
pastanaga i blat de moro
Fruita de temporada

i per sopar...
Pastís de patata, verdures i carn
gratinat
Alvocat i tomàquet amanit
Fruita natural de temporada

22

Espirals bullits amb oli d'oliva
amb els ingredients per
l'amanida
Cuixa de pollastre a la planxa
amb maionesa
amb salseta de tomàquet
casolana
Patates xips
Gel·lat de gel sabor

i per sopar...
Sopa barrejada (verdures i carn
del caldo amb pistons)
Fruita de temporada

23

Peix fresc de mercat: No podem especificar el tipus de peix ni el seu mode de cocció perquè dependrà de la pesca, el temps i el mar. Sabem que serà peix de platja i sabem que seran lluç, mare de lluç, bacallanet, sorell, bròtola, llenguadina, mòllera, truita de riu, salmó, orada, verat, moixina i seító. Cada peix serà pescat en la seva temporada i les coccions seran diverses i les determinarà el tipus de peix. Els cuinarem a l'andalusa, a la romana, enfarinat, arrebossat, a la planxa, al forn amb verdures, al forn amb ceba, tomàquet i patates, amb salsa de tomàquet o salsa verda, amb salsa d'anet i també farem suquet amb patates