



MENÚ BASAL - FEBRER 2025

DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
<p>Arròs integral amb salsa de verdures (carbassó i pastanaga)</p> <p>Enciams variats + crudité</p> <p>Ous durs sobre llit d'enciam i guarnició vegetal</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Crema pastanaga i taronja</p> <p>Enciams variats + crudité</p> <p>Mandonguilles mixtes (vedella i porc) a la jardinera</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Patata, pèsols i coliflor al vapor</p> <p>Enciams variats + crudité</p> <p>Estofat de lleties i arròs</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Patates estofades amb verduretes</p> <p>Enciams variats + crudité</p> <p>Peix S/M enromescat amb gratat de cereals</p> <p>Fruita de temporada</p>	<h2>FESTIU</h2>
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
<p>Macarrons integrals amb tomàquet</p> <p>Enciams variats + crudité</p> <p>Mongetes blanques amb verdures al forn</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Crema de porros i peres</p> <p>Enciams variats + crudité</p> <p>Peix S/M amb patata i picada verda</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Lleties estofades amb carbassa i coliflor</p> <p>Enciams variats + crudité</p> <p>Truita de carbassó amb patates</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Arròs integral amb salsa de verdures (carbassó i pastanaga)</p> <p>Enciams variats + crudité</p> <p>Hummus de cigrons amb crostons de pa i crudités vegetals</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Verdures al vapor (pastanaga, pèsols i patata)</p> <p>Enciams variats + crudité</p> <p>Estofat de porc i bolets amb cereals</p> <p>logurt natural ECO</p>
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
<p>Lleties estofades amb sofregit</p> <p>Enciams variats + crudité</p> <p>Ous durs sobre llit d'enciam i guarnició vegetal</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Crema de carbassó amb crostons de pa</p> <p>Enciams variats + crudité</p> <p>Arròs 3 delícies (pastanaga, pebrots i pèsols)</p> <p>logurt natural ECO</p>	<p>Espaguetis integrals amb salsa de pesto</p> <p>Enciams variats + crudité</p> <p>Peix S/M al forn amb salsa d'all cremat</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Minestra de verdures (patata, espinacs i pastanaga)</p> <p>Enciams variats + crudité</p> <p>Cigrons estofats amb soja texturitzada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Sopa de peix amb pasta</p> <p>Enciams variats + crudité</p> <p>Pollastre al forn amb mel i romaní</p> <p>Fruita de temporada</p>
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
<p>Coliflor, pèsols i patata al vapor</p> <p>Enciams variats + crudité</p> <p>Estofat de lleties i pastanaga amb tomàquet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Crema de carbassa</p> <p>Enciams variats + crudité</p> <p>Truita de patates</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Arròs integral amb salsa de verdures (carbassó i pastanaga)</p> <p>Enciams variats + crudité</p> <p>Hamburguesa mixte (vedella i porc) amb tomàquet provençal</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Puré de patates amb verduretes</p> <p>Enciams variats + crudité</p> <p>Cigrons enromescats i espinacs</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Lasanya vegetal (Hand made)</p> <p>Enciams variats + crudité</p> <p>Peix S/M al forn amb picada verda</p> <p>logurt natural ECO</p>

Seguint les guies vigents, se servirà diàriament amanida variada (enciam, blat de moro, pastanaga, tomàquet, lomarada, olives...). Es potenciaran el consum de fruites fresques, variada i de temporada. Es potenciarà en consum de farinacis integrals com: pa, pasta, arròs, cereals... Estem treballant juntament amb la Consultoria Nutricional Cesnut per a oferir-vos la màxima qualitat dietètica dels nostres menús.