

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
	CREMA DE VERDURES	MACARRONS A LA NAPOLITANA	MONGETA TENDRA I PATATA	AMANIDA D'ARRÒS (tomàquet, pastanaga, blat de moro i olives)
DILLUNS DE PASQUA	POLLASTRE ARREBOSSAT AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA	TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I PASTANAGA	LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM, CEBA I BLAT DE MORO	GALL D'INDI ESTOFAT AMB XAMPINYONS I CEBA
	IOGURT NATURAL	FRUITA DE PROXIMITAT	FRUITA DE PROXIMITAT	FRUITA DE PROXIMITAT
<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
CREMA DE CARBASSA	ARRÒS AMB TOMÀQUET	CIGRONS AMB ESPINACS	AMANIDA VARIADA (enciam, pastanaga, tomàquet, blat de moro i olives)	PATATA I PÈSOLS
TRUITA DE PATATA I CEBA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET	BACALLÀ AL FORN AMB PASTANAGA, CEBA I TOMÀQUET	GALL D'INDI ROSTIT AMB ENCIAM, TOMÀQUET I PASTANAGA	CANELONS DE CARN SENSE GLUTEN	POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA DE PROXIMITAT	FRUITA DE PROXIMITAT	FRUITA DE PROXIMITAT	IOGURT NATURAL	FRUITA DE PROXIMITAT
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>
AMANIDA DE CIGRONS	BRÒQUIL I PATATA	AMANIDA DE PASTA (espirals de colors, tomàquet, pastanaga, blat de moro i olives)	MINESTRA DE VERDURES	AMANIDA DE TOMÀQUET I FORMATGE FRESC
LLOM ARREBOSSAT AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET	POLLASTRE A L'ALLET AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA	LLUÇ AL FORN AMB CARBASSÓ, CEBA I XAMPINYONS	TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM, TOMÀQUET I BLAT DE MORO	LLENTIES AMB ARRÒS I VERDURES
FRUITA DE PROXIMITAT	FRUITA DE PROXIMITAT	IOGURT NATURAL	FRUITA DE PROXIMITAT	FRUITA DE PROXIMITAT
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>
AMANIDA DE MONGETES SEQUES	ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET	AMANIDA D'ARRÒS	CIGRONS AMB ESPINACS	DIA DE LLIURE ELECCIÓ
CROQUETES SENSE GLUTEN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO	TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM, TOMÀQUET I PASTANAGA	BACALLÀ AL FORN AMB CEBA, CARBASSÓ I XAMPINYONS	POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I XERRIS	
IOGURT NATURAL	FRUITA DE PROXIMITAT	FRUITA DE PROXIMITAT	FRUITA DE PROXIMITAT	
<b>29</b>	<b>30</b>			
MINESTRA DE VERDURES	PASTA TRICOLOR AMB CEBA I XAMPINYONS			
TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA DE TOMÀQUET I BLAT DE MORO	LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM, TOMÀQUET I PASTANAGA			
FRUITA DE PROXIMITAT	FRUITA DE PROXIMITAT			

### Recorda

-El menú de cada dia esta elaborat el mateix dia.

-El nostre arròs prové del delta de L'Ebre.

-És molt important la fruita dins de la nostra dieta, els làctics no han de substituir a la fruita.

-Els dijous el pa és integral.

-Per cuinar i amanir s'utilitza oli d'oliva i per fregir oli de gira-sol alt oleic.

-El sopar serà el millor moment per a complementar la nostra dieta, si ho feu d'hora ajudarà als nens a dormir bé.

-Només hauríem de menjar brioxeria, pastissos i dolços esporàdicament.