



## Menús Març 2023

	Primers	Segons	Postres
<b>Dimecres 1</b>	Amanida verda amb formatge/i pernil Amanida de llenties Macarrons pesto verd	Lluç a la romana Llom de porc amb pebrot fregit	Plàtan , poma ,pera, pinya natural, kiwi/ logurt, natilles, flam d'ou /macedònia/ fruita almívar
<b>Dijous 2</b>	Amanida verda Arròs 3 delícies Crema de pèsols	Kebab amb guarnició Bacallà a la mallorquina	Plàtan , poma ,pera, pinya natural, kiwi/ logurt, natilles, flam d'ou /macedònia/ fruita almívar
<b>Divendres 3</b>	Amanida de tomàquet, tonyina i olives Espagueti amb verdures i salsa de formatge Mongeta/patata i pastanaga	Truita d'espínacs i ceba amb amanida Pit de pollastre a la planxa amb guarnició	Plàtan , poma ,pera, pinya natural, kiwi/ logurt, natilles, flam d'ou /macedònia/ fruita almívar
<b>Dilluns 6</b>	Amanida mesclum i fruits secs i formatge Amanida Russa Quinoa amb verdures	Galtes al forn Croquetes perill amb patates	Plàtan , poma ,pera, pinya natural, kiwi/ logurt, natilles, flam d'ou /macedònia/ fruita almívar
<b>Dimarts 7</b>	Cuscús amb verdures Amanida de pasta Arròs a la Napolitana	Remenat d'ou amb cansalada i xampinyons Gall d'indi a la planxa adobat amb all i julivert	Plàtan , poma ,pera, pinya natural , kiwi/ logurt, natilles, flam d'ou /macedònia/ fruita almívar
<b>Dimecres 8</b>	Amanida mixta Espinacs a la catalana Crema de verdures i llegum	Botifarra al forn amb verdures Bunyols de bacallà amb amanida	Plàtan , poma ,pera, pinya natural, kiwi/ logurt, natilles, flam d'ou /macedònia/ fruita almívar
<b>Dijous 9</b>	Verdures a la planxa Macarrons bolonyesa Amanida grega	Pinxos de pollastre amb pebrot fregits Abadejo a la romana	Plàtan , poma ,pera, pinya natural, kiwi/ logurt, natilles, flam d'ou /macedònia/ fruita almívar
<b>Divendres 10</b>	Amanida mixta Macarrons al all picant Escalivada amb patates al caliu	Escalopa amb poma al forn Croquetes de bacallà amb patata forn	Plàtan , poma ,pera, pinya natural, kiwi/ logurt, natilles, flam d'ou /macedònia / fruita almívar
<b>Dilluns 13</b>	Amanida de patata Arròs a la napolitana Coliflor amb patata i pastanaga	Botifarra al forn amb verdures Truita d'espínacs i patata	Plàtan , poma ,pera, pinya natural, kiwi/ logurt, natilles, flam d'ou /macedònia / fruita almívar
<b>Dimarts 14</b>	Amanida verda Empedrat Macarrons al pesto vermell	Cuixes de pollastre al forn amb salsa de prunes Lluç al Papillon	Plàtan , poma ,pera, pinya natural, kiwi/ logurt, natilles, flam d'ou /macedònia / fruita almívar
<b>Dimecres 15</b>	Gaspatxo amb crostons Amanida de cigrons Rissoto de bolets	Truita de patates amb amanida Salsitxes amb tomàquet al forn	Plàtan , poma ,pera, pinya natural, kiwi/ logurt, natilles, flam d'ou /macedònia / fruita almívar



## Menús Març 2023

<b>Dijous 16</b>	Amanida Alamana Espirals amb tomàquet i tonyina Pèsols amb patata	Croquetes de pernil i patata forn Aletes adobades amb guarnició	Plàtan , poma ,pera, pinya natural, kiwi/ logurt, natilles, flam d'ou /macedònia / fruita almívar
<b>Divendres 17</b>	Amanida verda amb poma i fruits secs Espagueti carbonarà Minestra de verdures	Rap arrebossat amb amanida Remenat de mongetes blanques i botifarra negra	Plàtan , poma ,pera, pinya natural, kiwi/ logurt, natilles, flam d'ou /macedònia / fruita almívar
<b>Dilluns 20</b>	Amanida verda Cuscús amb verdures Bledes amb patata	Salmó a la taronja Llom salsa caçadora	Plàtan , poma ,pera, pinya natural, kiwi/ logurt, natilles, flam d'ou /macedònia / fruita almívar
<b>Dimarts 21</b>	Amanida Mixta Arròs 3 delícies Amanida de llenties	Bistec Rus amb patates al forn Pollastre amb salsa curry	
<b>Dimecres 22</b>	Amanida de tomàquet i olives Mongeta i patata saltejada amb pernil Rissotto de bolets	Hamburguesa vedella amb salsa de ceba caramel·litzada Croquetes de pollastre amb amanida	Plàtan , poma ,pera, pinya natural, kiwi/ logurt, natilles, flam d'ou /macedònia / fruita almívar
<b>Dijous 23</b>	Amanida Russa Quinoa amb verdures Espagueti al all i julivert picant	Pollastre planxa amb guarnició Lluç al forn amb verdures	Plàtan , poma ,pera, pinya natural, kiwi/ logurt, natilles, flam d'ou /macedònia / fruita almívar
<b>Divendres 24</b>	Gaspatxo amb crostons Amanida d'arròs Macarrons bolonyesa	Filet de porc planxa amb guarnició Gall d'indi arrebossat	Plàtan , poma ,pera, pinya natural, kiwi/ logurt, natilles, flam d'ou /macedònia / fruita almívar
<b>Dilluns 27</b>	Amanida cèsar Amanida de cigrons Coliflor amb patata i pastanaga al vapor	Aletes adobades de pollastre amb guarnició Hamburguesa mixta doble amb guarnició	Plàtan , poma ,pera, pinya natural, kiwi/ logurt, natilles, flam d'ou /macedònia / fruita almívar
<b>Dimarts 28</b>	Amanida mixta Puré de patata gratinat Arròs a la napolitana	Escalopa de porc amb poma Remenat de cansalada i bolets	Plàtan , poma ,pera, pinya natural, kiwi/ logurt, natilles, flam d'ou /macedònia / fruita almívar
<b>Dimecres 29</b>	Gaspatxo amb crostons col amb patata espaguetis napolitana	Hamburguesa de pollastre i pastanaga amb guarnició Truita d'espinaçs amb amanida	Plàtan , poma ,pera, pinya natural, kiwi/ logurt, natilles, flam d'ou /macedònia / fruita almívar
<b>Dijous 30</b>	Amanida de patata Crema de carabassa i pastanaga Cuscús amb verdures	Croquetes de bacallà amb patata al forn Salmó arrebossat	Plàtan , poma ,pera, pinya natural, kiwi/ logurt, natilles, flam d'ou /macedònia / fruita almívar



## Menús Març 2023

<b>Divendres 31</b>	Mongeta/patata/pastanaga Risotto de bolets Amanida cèsar	Salsitxes amb tomàquet i patata al forn Gall dindi adobat amb all i julivert a la planxa	Plàtan , poma ,pera, pinya natural, kiwi/ logurt, natilles, flam d'ou /macedònia / fruita almívar
---------------------	--	---	---



SULFITOS

**Sulfitos:** Conservante sintètic. Derivat de la combustió de minerals amb sofre. S'utilitza per prevenir enzims, bacteris, i evitar la pèrdua de color en carnes vermelles, fruits secs i vegetals. En panaderia s'utilitza per millorar la capacitat d'amassat del pa. També es classifica com òxid de sofre o anhídrid sulfuroso. S'empra en vins, cerveses, vinagres, salses, begudes refrescants, carnes, llegums, vegetals en conserva, fruits secs, ensalada, gambes, marisc congelat, caramels, sucos, olives, encurtits, galetes, barres de cereals, postres dolços, fruites seques i productes amb ous.



**Altramuz:** Nos referim a tots els productes que poden tenir altramucos o contenir traces d'altramucos



**Apio:** Podem trobar-lo talls, llavors. I també en alguns productes carnis, ensalades o salses.



**Cacahuets:** Podem trobar-los enters o en alguns productes que poden contenir traces de cacahuets, com farines, pans o alguns altres productes de reposteria.



**Crustaceo:** Productes que continguin marisc o traces d'aquest. A més, podem trobar-lo en algunes cremes o salses.



## Menús Març 2023



**Frutos Secos:** Todos aquellos productos que puedan tener frutos secos o trazas de este, tipo harinas, galletas, chocolates.



**Cereales Sin Gluten:** Incluye Trigo, centeno, espelta, avena, cebada. Además de harinas, panes, repostería, etc.



**Huevo:** Productos que pueden contener huevo como salsas, productos lácteos, repostería.



**Lacteos:** Leche y sus derivados. Ya sean quesos, yogurt, helados.



**Moluscos:** Incluye almejas, mejillones, machas, berberechos, navajuelas, ostras, y también puede encontrarse en salsas.



**Mostaza:** Todos los productos que contengan mostaza o trazas de este. También puede encontrarse en salsas o cremas.



## Menús Març 2023



**Pescado:** Además del pescado, todos los productos que puedan contener derivado del pescado, salsas.



**Sésamo:** Todos los productos que contengas sésamo o trazas de este.



**Soja:** Además de las semillas, germinados, también podemos encontrar en los postres, helados, productos cárnicos, pastas...