

Març 2022

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
28 FESTIU	1 Espaguetis ECO amb sofregit casolà Seitó en tempura amb amanida logurt La Fageda	2 Crema de porros, ceba i pastanaga ECO Aletes de pollastre amb patates fregides Fruita del temps ECO	3 Amanida Caprese (tomàquet, formatge fresc, olives negres i alfàbrega) Cigrons estofats ECO amb verdures fresques logurt La Fageda	4 Sopa de brou casolà amb galets ECO Hamburguesa 100% vedella amb amanida Fruita del temps
7 Macarrons ECO gratinats al forn Bunyols de bacallà amb amanida logurt La Fageda	8 Mongeta verda ECO amb patata del Segre Llonganissa de Taradell amb seques saltejades Fruita del temps	9 Arròs ECO caldós (amb sofregit casolà) Cassoleta de peix (lluç, gambes i calamars) Fruita del temps	10 Sopa de brou casolà amb fideus ECO Pit de pollastre saltejat amb ceba i pebrot Fruita del temps ECO	11 Amanida de contrastos (poma, tonyina i crostons) Llenties ECO estofades amb arròs del Delta logurt La Fageda
14 Arròs ECO amb sofregit de verdures fresques Calamars a la andalusa casolans amb amanida logurt La Fageda	15 Cigrons ECO estofats amb col i pastanaga Truita de patata i ceba amb pa amb tomàquet Fruita del temps	16 Bleda amb patata ECO Cuixes de pollastre al forn amb amanida Fruita del temps	17 Tallarines ECO amb xampinyons frescos Bacallà al forn amb samfaina casolana Crema de vainilla La Fageda	18 Sopa de pistons ECO Rostit de llom al forn amb amanida Fruita del temps ECO
21 Fideus ECO a la cassola (amb costella i sofregit casolà) Filet de lluç a la basca (pèsols, julivert i ou dur) Fruita del temps ECO	22 Amanida verda amb embotit casolà de Vic Llenties ECO estofades amb arròs del Delta logurt La Fageda	23 Sopa de brou casolà amb estrelletes ECO Pollastre a la farigola amb tomàquet al forn Fruita del temps	24 Coliflor amb patata ECO Estofat de vedella ECOLÒGIC amb bolets Fruita del temps	25 Paella ECO amb verdures fresques Gallineta arrebossada (peix) amb amanida logurt La Fageda

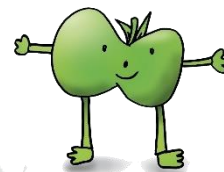
El nostre menú està basat en una **cuina casolana i de qualitat** amb dieta mediterrània, proveïdors propers i temporalitat dels aliments.

Fruites de temporada: mandarina, taronja, poma, pera, plàtan, kiwi, maduixot, nespres, cirera...

Verdures de temporada: ceba, porro, faves, pèsols, espinacs, bledes, enciam, escarola, espàrrecs, col, coliflor, bròquil, carxofa, pèsol...

i per equilibrar el sopar us proposem...

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
28 FESTIU	1 Verdura Ou i patata Fruita del temps	2 Amanida Porc i patata Lacti	3 Arròs Peix i amanida Fruita del temps	4 Verdura Au i arròs Lacti
7 Verdura Ou i patata Fruita del temps	8 Amanida Au i cereal Lacti	9 Amanida Vedella i llegum Lacti	10 Amanida Ou i patata Lacti	11 Verdura Peix i patata Fruita del temps
14 Verdura Vedella i patata Fruita del temps	15 Verdura Peix i cereal Lacti	16 Pasta Llegum i arròs Lacti	17 Amanida Au i verdura Fruita del temps	18 Verdura Ou i patata Lacti
21 Amanida Ou i patata Lacti	22 Verdura Vedella i pasta Fruita del temps	23 Arròs Peix i amanida Lacti	24 Amanida Ou i patata Lacti	25 Verdura Porc i patata Fruita del temps



Abril 2022

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
28 Amanida Caprese (tomàquet, formatge fresc, olives negres i alfàbrega) Arròs ECO a la marinera (fumet de peix fresc , sofregit, calamars, musclos, cloïsses) logurt La Fageda	29 Mongeta tendra ECO amb patata del Segrià Salsitxes amb salsa de tomàquet casolana Fruita del temps	30 Sopa de brou casolà amb galets ECO Pollastre al forn amb patates ECO al caliu Fruita del temps ECO	31 Espirals tricolor ECO gratinats al forn Filet de lluç arrebossat casolà amb amanida Fruita del temps	1 Cigrons ECO estofats amb espinacs frescos Trita de carbassó i ceba amb amanida logurt La Fageda
4 Arròs ECO caldós (amb sofregit casolà) Bacallà al forn amb samfaina casolana (ceba, pebrot i albergínia) Fruita del temps ECO	5 Trinxat de la Cerdanya ECO (col i patata) Pit de pollastre saltejat amb pebrot i ceba ECO Fruita del temps	6 Amanida completa (enciam, tomàquet, panís, olives verdes, tonyina) Llenties ECO estofades amb arròs del Delta logurt La Fageda	7 Tallarines ECO amb sofregit casolà Hamburguesa de coliflor i formatge amb amanida Fruita del temps	8 Sopa de brou casolà amb fideus ECO Fricandó de vedella ECOLÒGIC amb bolets Mona de xocolata
11	12	13	14	15
SETMANA SANTA				
18 FESTIU	19 Paella ECO amb carxofes i seques Cuixa de pollastre al forn amb amanida logurt La Fageda	20 Purè de pastanaga ECO amb crostons de pa Trita de patata i ceba amb amanida Fruita del temps	21 Macarrons ECO amb sofregit i alfàbrega Cassoleta de peix (lluç, gambes i calamars) Fruita del temps ECO	22 Sopa de lletres ECO Llibrets de pernil amb formatge amb amanida Pastís de Sant Jordi
25 Espaguetis ECO a la carbonara (amb bacó) Gallineta arrebossada (peix) amb amanida Fruita del temps ECO	26 Sopa de brou casolà amb pistons ECO Mandonguilles 100% de vedella amb salsa de tomàquet casolana logurt La Fageda	27 Amanida verda amb embotit casolà de Vic Llenties ECO estofades amb arròs del Delta Fruita del temps	28 Arròs ECO amb salsa de sofregit casolà Calamars a l'andalusa casolans amb amanida logurt La Fageda	29 Bleda amb patata ECO Pollastre a la farigola amb tomàquet a la provençal al forn Fruita del temps ECO

*Les amanides complertes sempre portaran un aliment proteic.

i per equilibrar el sopar us proposem...

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
28 Pasta Porc i verdura Fruita del temps	29 Amanida Ou i patata Lacti	30 Verdura Au i amanida Lacti	31 Arròs Porc i verdura Lacti	1 Pasta Peix i verdura Fruita del temps
4 Patata Llegum i verdura Lacti	5 Amanida Porc i patata Lacti	6 Verdura Peix i patata Fruita del temps	7 Arròs Au i amanida Lacti	8 Amanida Ou i patata Fruita del temps
18 FESTIU	19 Pasta Vedella i verdura Fruita del temps	20 Pasta Peix i amanida Lacti	21 Amanida Au i patata Lacti	22 Verdura Llegum i arròs Fruita del temps
25 Verdura Ou i patata Lacti	26 Verdura Peix i arròs Fruita del temps	27 Pasta Au i patata Lacti	28 Amanida Vedella i verdura Fruita del temps	29 Amanida Llegum i arròs Lacti