

Març 2023

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
27 Arròs ECO saltejat amb verdures fresques Calamars a la andalusa casolans amb amanida Fruita del temps	28 Amanida Caprese (enciam, tomàquet, formatge fresc, olives negres, orenga) Cigrons ECO estofats amb espinacs frescos logurt La Fageda	1 Crema de porros, ceba i pastanaga ECO Aletes de pollastre amb patates fregides Fruita del temps ECO	2 Espirals ECO amb sofregit casolà Seitó en tempura amb amanida logurt La Fageda	3 Sopa de brou casolà amb galets ECO Hamburguesa 100% vedella amb tomàquet i ceba caramel·litzada Fruita del temps
6 Macarrons ECO gratinats al forn Cassoleta de peix (lluç, gambes i calamars) Fruita del temps	7 Mongeta verda ECO amb patata del Segre Llonganissa de Taradell amb seques saltejades Fruita del temps	8 Arròs ECO caldós (amb sofregit casolà) Trita de carbassó i ceba amb amanida logurt La Fageda	9 Sopa de brou casolà amb fideus ECO Pit de pollastre rostit amb ceba i pebrot Fruita del temps ECO	10 Amanida completa (enciam, tomàquet, panís, olives verdes, ou dur) Llenties ECO estofades amb arròs del Delta logurt La Fageda
13 Arròs ECO amb sofregit de verdures fresques Hamburguesa de salmó amb amanida logurt La Fageda	14 Sopa de pistons ECO Mandonguilles de vedella amb salsa de tomàquet Fruita del temps ECO	15 Amanida Catalana (amb embotits de Vic) Cigrons estofats amb col i pastanaga fresques Fruita del temps	16 Tallarines ECO amb xampinyons frescos Bacallà al forn amb samfaina casolana Fruita del temps	17 JORNADA BÚLGARA Kartofena salata (patata, ceba, julivert) Pileshki japki sas susam domaten sos (pollastre arrebossat amb sèsam i salsa de tomàquet) Palachinki (crepe xocolata)
20 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	21 Amanida de contrastos (poma, tonyina i crostons de pa) Llenties ECO estofades amb arròs del Delta logurt La Fageda	22 Coliflor amb patata ECO Estofat de gall dindi amb xampinyons Fruita del temps	23 Sopa de brou casolà amb estrelletes ECO Rostit de llom al forn amb amanida Fruita del temps	24 Paella ECO amb verdures fresques Gallineta arrebossada (peix) amb amanida logurt La Fageda

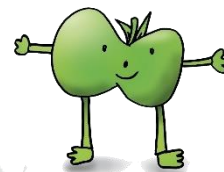
El nostre menú està basat en una **cuina casolana i de qualitat** amb dieta mediterrània, proveïdors propers i temporalitat dels aliments.

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...

i per equilibrar el sopar us proposem...

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



Abril 2023

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
27 Trinxat de la Cerdanya ECO (col i patata) Hamburguesa vegetal amb amanida Fruita del temps	28 Amanida Caprese (enciam, tomàquet, formatge fresc, olives negres, orenga) Llenties ECO estofades amb arròs del Delta logurt La Fageda	29 Tallarines ECO amb sofregit casolà Seitó en tempura amb amanida Fruita del temps	30 Arròs ECO caldós (amb sofregit casolà) Pit de pollastre saltejat amb pebrot i ceba ECO Fruita del temps	31 Sopa de brou casolà amb galets ECO Estofat de vedella ECOLÒGIC amb bolets Mona de xocolata
10 Del 3 al 10-04 SETMANA SANTA	11 Espirals ECO gratinats al forn Croquetes de lluç amb amanida Fruita del temps	12 Sopa de brou casolà amb fideus ECO Pollastre al forn amb patates ECO al caliu Fruita del temps ECO	13 Amanida completa (enciam, tomàquet, panís, olives verdes, tonyina) Cigrons ECO estofats amb verduretes logurt La Fageda	14 JORNADA POLACA Kopytka (gnocchis de patata i salsa de formatge) Wiejska Kielbasa z mizeria (salsitxes fumades de porc amb amanida de cogombre i crema d'herbes) Szarlotka (pastís de poma)
17 Amanida Catalana (amb embotits de Vic) Llenties ECO estofades amb arròs del Delta logurt La Fageda	18 Paella ECO amb verdures fresques Aletes de pollastre al forn amb amanida Fruita del temps	19 Mongeta tendra ECO amb patata del Segrià Truita de carbassó i ceba amb pa amb tomàquet Fruita del temps	20 Macarrons ECO amb sofregit i alfàbrega Bacallà al forn amb samfaina casolana (ceba, pebrot i albergínia) Fruita del temps ECO	21 Sopa de lletres ECO Llibrets de pernil amb formatge amb amanida Pastís de Sant Jordi
24 Espaguetis ECO amb salsa de formatge Filet de lluç al forn amb amanida logurt La Fageda	25 Sopa de brou casolà amb pistons ECO Mandonguilles 100% de vedella amb salsa de tomàquet casolana Fruita del temps	26 Amanida completa (enciam, tomàquet, panís, olives verdes, ou dur) Cigrons estofats amb col i pastanaga fresques logurt La Fageda	27 Arròs ECO amb salsa de sofregit casolà Calamars a l'andalusa casolans amb amanida Fruita del temps	28 Bleda amb patata ECO Estofat de gall dindi a la farigola Fruita del temps ECO

*Les amanides completes sempre portaran un aliment proteic.

i per equilibrar el sopar us proposem...

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
27 Pasta Peix i verdura Lacti	28 Verdura Au i patata Fruita del temps	29 Verdura Ou i amanida Lacti	30 Amanida Porc i verdura Lacti	31 Amanida Peix i verdura Fruita del temps
10 FESTIU	11 Verdura Vedella i patata Lacti	12 Verdura Peix i amanida Lacti	13 Arròs Au i amanida Fruita del temps	14 Amanida Ou i verdura Fruita del temps
17 Pasta Peix i verdura Fruita del temps	18 Verdura Ou i patata Lacti	19 Amanida Llegum i cereal Lacti	20 Amanida Au i patata Lacti	21 Verdura Ou i arròs Fruita del temps
24 Verdura Au i patata Fruita del temps	25 Verdura Peix i amanida Lacti	26 Pasta Ou i patata Fruita del temps	27 Verdura Vedella i patata Lacti	28 Amanida Llegum i arròs Lacti