



La cuina utilitza Oli d'Oliva i Oli de Girasol Alt oleic per cuinar i Oli d'Oliva Verge Extra per trempar en cru.

Els menús van acompanyats de pa moreno o integral i aigua.

Les fruites del mes de març són: mandarina, poma, pera, plàtan, taronja de proximitat.

Les hortalisses del mes de març són: albergínia, bledes, bròquil, carxofes, carabassa, carabassó, ceba, col, colflori, cogombre, escarola, espinac, pastanaga, pebres, porro, rave, tomàtiga.

1



Festiu

4 5 6 7 8

NO LECTIU

ESPAGUETIS A LA BOLONYESA (1,3,7)	LLUÇ A LA MILANESA (all, julivert, ou, farina de blat) (1,3,4)	ENSALADA DE TOMÀTIGA I OLIVES	FRUITA DE TEMPORADA	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures saltejades i cigrons / Fruita	LENTES ESTOPADES AMB VERDURES (all, llozer, ceba, tomàtiga, mongetes tendres i pastanaga) (4)	PITRERA DE POLLASTRE A LA PLANXA	PATATES ROSTIDES	IOGURT (7)	Suggeriment de sopar: Ensalada variada amb arròs basmati / Fruita	CREMA DE PASTANAGA	TRUITA DE PATATA (3)	ENSALADA AMB TONYINA (romana, iceberg, tomàtiga i pastanaga)	FRUITA DE TEMPORADA	Suggeriment de sopar: Llom a la planxa amb pisto de verdures i pa / Fruita	SOPA DE BROU DE CARN (1,3,9)	SALMÓ AL FORN (4)	BRÒQUIL, PASTANAGA I PATATA	FRUITA DE TEMPORADA	Suggeriment de sopar: Pizza casolana / Fruita
-----------------------------------	--	-------------------------------	---------------------	---	---	----------------------------------	------------------	------------	---	--------------------	----------------------	--	---------------------	--	------------------------------	-------------------	-----------------------------	---------------------	---

11 12 13 14 15

MACARRONS INTEGRALS A LA NAPOLITANA (1,3)	TRUITA A LA FRANCESA (3)	ENSALADA AMB SÈSAM (lletuga, pastanaga i tomàtiga cherry) (11)	FRUITA DE TEMPORADA	Suggeriment de sopar: Pasta de llegum amb pisto de verdures / Fruita	CREMA DE CARABASSA I MONGETES BLANQUES	LLOM AL FORN	ENSALADA AMB CROSTONS (lletuga, tomàtiga i pastanaga) (1)	FRUITA DE TEMPORADA	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i lluç a la espatlla amb arròs / Fruita	SOPA DE BROU D'AU (1,3,9)	LIMANDA AL FORN (4)	A LA BISCAÏNA (ceba, pebres, tomàtiga i patata)	IOGURT (7)	Suggeriment de sopar: Ous romputs amb patata i pebres / Fruita	AGUIAT DE CIGRONS AMB VERDURES (ceba, pebres, tomàtiga, bledes o espinacs)	PITRERA DE POLLASTRE A LA PLANXA	ARRÒS SALTEJAT	FRUITA DE TEMPORADA	Suggeriment de sopar: Tabulé de cuscús / Fruita	100 % TEMPORADA ARRÒS BRUT	RABES DE CALAMAR CASOLANES A L'ANDALUSA (1,3,7,14)	ENSALADA AMB OLIVES (lletuga, iceberg i tomàtiga)	FRUITA DE TEMPORADA	Suggeriment de sopar: Pa amb oli variat / Fruita
---	--------------------------	--	---------------------	--	--	--------------	---	---------------------	--	---------------------------	---------------------	---	------------	--	--	----------------------------------	----------------	---------------------	---	----------------------------	--	---	---------------------	--

18 19 20 21 22

LENTES ESTOPADES AMB VERDURES (all, llozer, ceba, tomàtiga, mongetes tendres i pastanaga) (4)	TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfàbrega i formatge) (7)	FRUITA DE TEMPORADA	Suggeriment de sopar: Arròs integral saltejat amb verdures / Fruita	ESPIRALS AGLIO E OLIO (1,3)	GALLINETA A LA PLANXA AMB PICADA (all, julivert i llimona) (4)	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES I OLIVES (lletuga i tomàtiga)	FRUITA DE TEMPORADA	Suggeriment de sopar: Ous romputs amb patata i xampinyons / Fruita	CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA I CIGRONS	HAMBURGUESA CASOLANA (magre de porc i morcillo de vedella) (1)	VERDURES (all, llozer, ceba, tomàtiga, pastanaga i pèsols) I ARRÒS	IOGURT (7)	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i lluç amb ensalada / Fruita	ARRÒS DE PEIX (2,4,14)	ESCALOP CASOLÀ D'INDIOT (ou i pa ratllat) (1,3)	ENSALADA AMB CANONGES (iceberg, canonges, ceba moradai tomàtiga)	FRUITA DE TEMPORADA	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i mongetes blanques / Fruita	SOPA DE BROU DE CUINAT (1,3,9)	OU BULLIT (3)	PATATA, PASTANAGA I MONGETES TENDRES	FRUITA DE TEMPORADA	Suggeriment de sopar: Coca de verdures i sardines / Fruita
---	-----------------------------	---	---------------------	---	-----------------------------	--	---	---------------------	--	--	--	--	------------	--	------------------------	---	--	---------------------	--	--------------------------------	---------------	--------------------------------------	---------------------	--

25 26 27 28 29

MACARRONS INTEGRALS A LA AMATRICIANA (ceba, tomàtiga, aromàtiques, bacon i formatge) (1,3,6,7,12)	LIMANDA A LA MILANESA (a, julivert, ou i farina de blat) (1,3,4)	ENSALADA AMB OLIVES (lletuga, iceberg, tomàtiga)	FRUITA DE TEMPORADA	Suggeriment de sopar: Puré de carabassa i truita de patata / Fruita	CREMA DE CARABASSÓ (carabassó, porro i patata)	FRIT MALLORQUÍ DE POLLASTRE	PATATA I VERDURES	FRUITA DE TEMPORADA	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i salmó amb arròs saltejat / Fruita	AGUIAT DE CIGRONS AMB VERDURES (ceba, pebres, tomàtiga, bledes o espinacs)	PIZZA DE PERNIL I FORMATGE (1,3,6,7,12)	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, tomàtiga i pastanaga)	IOGURT (7)	Suggeriment de sopar: "Fajitas" mexicanes de pollastre i verdures / Fruita	Festiu		Festiu	
---	--	--	---------------------	---	--	-----------------------------	-------------------	---------------------	--	--	---	---	------------	--	--------	--	--------	--

Al·lèrgens de declaració obligatòria

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfits 13: Tramussos 14: Mol·luscs

Import Mensual	102,51 €
Vales diaris	6,63 €
La quota s'abonarà de l'1 al 5 de cada mes	