

Setmana 1

5-11 abril 2021

			DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
D I N A R	1r plat	A	Amanida variada amb vinagre balsàmic	Crema de carbassa	Escalivada	Cassoleta de lleties amb verdures	Amanida amb crostons de pa	Amanida multicolor	Amanida catalana
		B	Tomàquet farcits	Amanida cèsar	Amanida mediterrània	Amanida de primavera	Verdura de temporada al vapor	Espàrrecs amb pernil	Ensaladilla amb fruits de mar
	2n plat	A	Peix a la planxa amb mil fulls de patata	Rodó de vedella al forn amb cuscús	Pasta bolonyesa	Costella a l'estil del xef	Arròs cubana	Raviolis amb salsa de formatges	Gall dindi al forn al toc de la mostassa
		B	Rissotto a la jardinera	Cigrons amb gambes	Peix a la planxa amb porro cruixent	Calamars a la planxa amb julivert i llimona	Peix a la taronja	Peix a la jardinera	Peix amb salsa verda
	Postres	A	Macedònia	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
		B	MONA DE PASQUA	logurt de fruites	logurt natural	logurt de sabors	F.fresc i melmelada	logut de fruites	Flam
	BERENAR		Suc fruita / Infusió	Batut de fruita / Infusió	Fruita tallada / Infusió	logurt bevable / Infusió	Fruita tallada / Infusió	logurt / infusió	Suc de fruita / Infusió
			Pa amb formatge / Pa amb xocolata	Pa amb embotit / Formatge blanc i fruits secs	Pa amb formatge / Coca de forner	Pa amb embotit / Compota amb bastonets de pa integrals	Pa amb embotit / logurt amb flocs d'avena	Pa amb embotit / Taller: Smoothies	Biscotes amb formatge / logurt amb fruits secs
S O P A R	1r plat	A	Bròquil amb patata	Trinxat de bledes (sense bacó)	"Espaguetis de carbassó" amb xerries	Cabdells amb tonyina	Amanida amb remolatxa i cogombre	Crema verda	Amanida de l'hort
		B	Sopa de pasta	Amanida grega	Amanida d'espínacs frescos i fruits vermells	Sopa de peix amb fideus	Pèsols saltats	Amanida mixta	Sopa de verdures
	2n plat	A	Pit de gall dindi a les fines herbes amb amanida	Bistec a la planxa amb poma	Truita de patata i ceba	Tires de vedella amb verdures saltades	Rotllets de peix al vapor amb gambetes	Hamburguesa amb ceba caramelitzada	Peix planxa amb juliana de verdures al forn
		B	Peix al forn amb amanida	Peix a la planxa amb pastanagues saltades	Llom magre amb xampinyons	Peix a la provençal	Pollastre a la planxa amb verduretes	Entrepà vegetal amb pa de pita	Truita paisana
	Postres	A	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
		B	logurt natural	logurt de sabors	Petit suís	Gelatina	logurt natural	logurt natural	logurt de fruites

Setmana 2

12-18 abril 2021

			DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
D I N A R	1r plat	A	Mongeta tendra saltada	Amanida a l'estil del xef	Cigrons amb verdures	Crema de pastanaga	Amanida 4 estacions	Verdures a la planxa	Arròs xinès
		B	Amanida hortelana	Arròs caldós amb verdures	Amanida amb fruits secs	Amanida amb pernil i palmitos	Pebrots farcits de verdures	Amanida amb bastonets de pa i hummus	Cabdells amb vinagreta de pesto
	2n plat	A	Marmitako de salmó	Carn magra rostida amb carreroles	Pollastre al forn amb llimona i herbes provençals	Arròs de peix	Mitjana de porc a la planxa amb patata al caliu	Filet amb patata al caliu	Peix al forn amb juliana de verdures
		B	Galtes al forn	Peix a la donostiarra	Peix al forn amb encenalls de verdures	Vedella al forn amb amb minestrone	Fideus a la cassola	Canelons	Chop suey de pollastre
	Postres	A	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Macedònia	Fruita del temps	Fruita del temps
		B	logurt de sabors	Mató i mel	logurt sabors	logurt natural	logurt de sabors	logurt de fruites	Gelat
	BERENAR		logurt / Infusió	Batut de fruita / Infusió	llet / Infusió	Fruita tallada / Infusió	logurt bevable / Infusió	llet / Infusió	logurt bevable / Infusió
			Pa amb embotit / Fruita tallada	Pa amb formatge / logurt amb musli	Pa amb embotit / Flocs de cereals integral s/sucre	Pa amb embotit / logurt amb fruits secs	Pa amb embotit / Compota amb bastonets de pa	Cereals s/sucre / Pa amb embotit	Pa amb embotit/ Taller: Pancakes de plàtan
S O P A R	1r plat	A	Amanida verda	Trinxat de kale	Sopa de sèmola	Fulles d'enciam amb formatge cremós	Espàrrecs verds a la planxa amb vinagre caramelitzat	Amanida tropical	Sopa minestrone
		B	Crema de porros	Timbal de carbassó, formatge i tomàquet	Amanida amb poma i nous i salsa de iogurt	Verdura tricolor	Amanida amb cogombres	Crema de verdures	Amanida de l'hort
	2n plat	A	Peix amb verdures a la papillota	Gall dindi "empanat" al forn	Xipirons saltats amb ceba ofegada	Peix al forn amb salsa veloute	Pernilets de pollastre brassejats	Pizza	Hamburguesa de peix a la planxa amb porro cruixent
		B	Vedella a la planxa i pebrot escalivat	Peix a la planxa amb brots tendres	Remenat de bolets	Salsitxa a la planxa amb concassé de tomàquet	Brandada de bacallà	Llom de peix a la planxa al aroma de cítrics	Truita de formatge
	Postres	A	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
		B	logurt natural	logurt de fruites	Formatge fresc	logurt bevable	logurt natural	logurt de sabors	logurt de fruites

Setmana 3

21-25 abril 2021

			DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
D I N A R	1r plat	A	Amanida amb maduixes	Cors de carxofa saltats amb pernil	Crema de marisc	Amanida completa	Trinxat de col	Empedrat de cigrons	Amanida italiana
		B	Crema taronja	Amanida mixta	Amanida de l'hort	Ous farcits amb mesclum	Amanida amb mix de llavors	Carbassó farcit de quinoa	Pinya amb pernil
	2n plat	A	Mongetes amb botifarra	Fricandó amb arròs	Peix al forn amb verdures al forn	Peix al forn amb piperrada	Blanqueta de gall dindi amb verdures	Parrillada de carn	Fideuà
		B	Peix a la vizcaïna	Calamars a la planxa amb verdures	Macarrons amb salsa bolonyesa	Llenties guisades	Peix a la planxa amb crosta de cruixent	Suquet de peix	Rodó de pollastre farcit amb verdures
	Postres	A	Fruita del temps	Fruita del temps	Macedònia	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
		B	logurt natural	Panacotta	logurt natural	logurt de fruites	logurt natural	Profiteroles	logurt de sabors
	BERENAR		Suc de fruita/ Infusió	Fruita tallada / infusió	logurt bevable / Infusió	Batut de fruita / Infusió	Fruita tallada / Infusió	Batut de fruita/ Infusió	llet / Infusió
			Pa amb formatge / coca de pa	logurt amb flocs d'avena / Pa amb embotit	Compota amb bastonets de pa integrals / Pa amb embotit	Pa amb xocolata / Biscotes integrals amb formatget	Pa amb embotit / Formatge blanc amb nous	Muesli amb iogurt / Taller: Minientrepans vegetals	Cereals s/sucre/ Pa amb embotit
S O P A R	1r plat	A	Verdura de temporada al vapor	Sopa de ceba	Espinacs a la catalana	Pourrusalda	Crema de pèsols	Consomé amb mandonguilles	Espàrrecs blancs amb maionesa
		B	Amanida niçoise	Amanida amb cogombre, tomàquet i formatge	Amanida amb advocat i mozzarella	Amanida amb ruca i vinagreta d'olives	Amanida amb fruits de mar	Amanida amb cannonges i blat de moro	Sopa juliana
	2n plat	A	Barretes de lluç al forn	Remenat d'alls tendres	Peix a la planxa amb cebetes	Pollastre marinat amb sèsam i salsa de soja	llom a la sal amb poma	Truita de patata i verdures	Fajita amb tires de vedella i verdures
		B	Bistec a la planxa amb tomàquet al forn	Peix al vapor amb wok de verdures	Gall dindi planxa amb "chimichurri"	Torrada d'escalivada i sardinetes	Peix al forn amb verdures laminades	Peix a la planxa amb bolets saltats	Filets de peix al forn amb all i julivert
	Postres	A	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
		B	Petit suís	logurt de fruites	logurt sabors	logurt natural	logurt sabors	logurt bevable	logurt natural

Setmana 4

26 abril -2 maig 2021

			DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
D I N A R	1r plat	A	Crema de verdures	Amanida mesclum amb remolatxa i pastanaga	Amanida primavera	Albegínes caprese	Amanida de lleties	Amanida amb torradetes de guacamole	Rotllet primavera al forn amb brots tendres
		B	Amanida amb panses i pipes de carbassa	Verdures saltades	Wok de verdures amb arròs basmati i salsa de soja	Amanida d'espínacs frescos, pera i fruits secs	Sopa de peix	Gaspatxo de maduixes	Amanida marinera
	2n plat	A	Pollastre a la crema amb cuscús	Llassanya de carn	Gall dindi al forn amb samfaina	Patates amb sípia	Vedella estofada amb verdures	Macarrons carbonara	Solomillo de porc a la mostassa
		B	Peix a la planxa amb patates laminades	Peix a la planxa amb escabetx calent	Peix a la taronja	Rodó de porc al forn amb verduretes	Salmó a la planxa amb verdura al vapor	Peix a la planxa amb verdures planxa	Bacallà amb muselina
	Postres	A	Fruita del temps	Macedònia	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
		B	Gelatina	logurt bevable	Puding	logurt natural	logurt de sabors	Gelat	logurt de fruites
	BERENAR		Suc fruita / Infusió	Fruita tallada / Infusió	Batut de fruita / Infusió	llet / Infusió	logurt bevable / Infusió	logurt bevable / Infusió	Fruita tallada / Infusió
			Pa amb embotit / Biscotes amb formatget	Pa amb embotit / logurt amb fruits secs	Pa amb formatge / Pa amb xocolata	Pa amb embotit / Floccs cereals s/sucre	Pa amb embotit / Compota amb bastonets de pa	Pa amb embotit / Taller: "formes divertides amb fruites"	Pa amb embotit / Formatge fresc i nous
S O P A R	1r plat	A	Sopa de pasta	Amanida amb formatge fresc	Col.liflor al vapor amb beixamel lleugera	Sopa bullavesa	Favetes saltades	Carpaccio de carbassó amb advocat, formatge, panxes i pipes	Crema amb fonoll i pastanaga
		B	Amanida amb mongeta tendra	Verdura mixta al vapor	Amanida amb raves i blat de moro	Amanida amb tonyina, raves i pastanaga	Amanida amb espàrrecs	Sopa de verdures	Amanida amb sardinetes
	2n plat	A	Hamburguesa de vedella amb ceba confitada	Peix al forn amb pebrot tricolor	Peix al grill amb verdures deshidratades al forn	Truita de a la francesa	Cuixetes de pollastre al toc del romani	Peix al forn amb salsa marinera	Truita de pèsols
		B	Peix al forn amb encenalls de pastanaga i porros	Ous al plat amb verdures	Llonzat adobat amb pastanagues baby	Medallons de peix a la planxa amb vinagreta (ceba, all i julivert)	Peix al forn amb tomàquet i ceba	Croquetes casolanes	Daus de gall dindi amb verdures saltades
	Postres	A	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
		B	logurt de sabors	logurt natural	logurt de fruites	Formatge fresc	logurt natural	logurt de fruites	logurt de sabors