

Setmana 1

3-9 GENER 2022

			DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
D I N A R	1r plat	A	Amanida d'espínacs frescos , pera i formatge	Ous farcits amb mesclum d'enciams	Amanida niçose	MENÚ ESPECIAL	Saltat de verdures amb llacets de pasta	Amanida completa amb advocat i panses	Rotllets de primavera al forn amb mesclum d'enciams
		B	Barquetes de carbassó farcides amb verduretes	Amanida d'hivern amb magrana	Lenties amb verdures		Amanida campera	Escalivada	Amanida mixta
	2n plat	A	Patates guisades amb sípia	Rodó de vedella al forn amb pastanagues baby	Peix a la vizcaína		Salmó a la planxa amb crosta cruixent	Pollastre rostit amb patates panadera	Peix al forn amb salsa d'ametlles
		B	Pollastre a la planxa amb xampinyons	Rissotto vegetarià	Llom adobat a la planxa amb verdures vapor		Galtes al forn a l'estil del xef	Paella mixta	Botifarra a la planxa amb mongetes seques
	Postres	A	Fruita del temps	Fruita del temps	Macedònia	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
		B	logurt de sabors	logurt de fruita	logurt de sabors	Roscó de reis	logurt natural	logurt de fruites	Panacotta
	BERENAR		Fruita tallada / Infusió	Batut de fruita / infusió	Fruita tallada / Infusió	Fruita tallada / Infusió	logurt bevable / Infusió	llet/ Infusió	Fruita tallada / Infusió
			Pa amb embotit / coca de pa	Pa amb xocolata / Pa amb formatge	Pa amb embotit / Formatge blanc amb nous	logurt amb fruits secs / biscotes integrals amb formatge	Compota amb bastonets de pa integrals / Pa amb embotit	Cereals integrals / Pa amb embotit	logurt amb flocs de civada / Pa amb embotit
S O P A R	1r plat	A	Sopa de pasta	Crema de bròquil	Consomé amb mandonguilletes	Amanida mediterrània	Amanida multicolor	Amanida grega	Amanida de l'hort
		B	Amanida amb rúcula i pipes de girasol	Amanida amb fruits de mar	Amanida amb espàrrecs	Mongeta verda saltada	Crema parmentier	Sopa de verdures	Minestra de verdures
	2n plat	A	Peix a la marinera	Croquetes casolanes amb verdures a la planxa	Peix al forn amb verdures al forn	Truita a la francesa	Hamburguesa de gall dindi concassé de tomàquet	Peix al forn amb salsa taronja	Bikini
		B	Vedella a la planxa amb wok de verdures	Peix al forn amb bastonets de moniato al forn	Aletes de pollastre amb encenalls de carxofa	Peix al forn amb ceba laminada	Filet de peix al forn amb julivert i llimona	Truita paisana	Peix a la planxa amb xips de poma
	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 sabors	Actimel	logurt de fruita	Formatge blanc	logurt natural	logurt de sabors

Setmana 2

10-16 GENER 2022

			DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
D I N A R	1r plat		Pebrots farcits de verdures	Trinxat de carbassa	Amanida 4 estacions	Canelons d'espínacs amb salsa tomàquet	Faves guisades amb carbassa, nap i porros	Pinya amb pernil	Patates al graten
		B	Amanida marinera	Wok de verdures amb quinoa	Crema de col.liflor	Amanida amb taronja i fruits secs	Amanida d'hivern	Amanida del xef	Amanida oriental
	2n plat	A	Macarrons bolonyesa	Peix a la planxa amb pebrot vermell caramelitzat	Arròs de muntanya	llom a la sal amb bolets	Pollastre al chilindrón	Fideuà	Peix al forn amb tomàquet
		B	Peix al forn amb ratatouille	Mil fulls de pollastre de pernil i formatge	Calamars a la planxa amb juliana verdures	Peix al forn amb escabetch calent	Peix al forn amb muselina	Faux filet amb puré de moniato	Costella adobada 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	logurt de fruites	logurt de sabors	Flam de vainilla	logurt natural	Profiteroles	logurt sabors
	BERENAR		Suc de fruita / Infusió	Fruita tallada / Infusió	llet / Infusió	Batut de fruita / infusió	logurt bevable / Infusió	Fruita tallada / Infusió	llet / Infusió
			Pa amb formatge / Pa de pessic casolà	Pa amb embotit / cereals amb llet	Pa amb embotit / Biscotes integrals amb melmelada	Pa amb embotit / Coca de pa	Pa amb embotit / Pa amb xocolata	logurt amb fruits secs / Pa amb embotit	Cereals sense sucre / Compota amb bastonets de pa
S O P A R	1r plat	A	Crema verda amb crostons de pa	Sopa bullavesa	Amanida amb cannonges i panses	Amanida amb cogombrets	Amanida caprese	Sopa de ceba	Amanida amb brots tendres i blat de moro
		B	Amanida amb remolatxa i olives	Amanida multicolor	Verdurade temporada al vapor	Sopa de sèmola	Espàrrecs a la vinagreta	Amanida amb fruits vermells	Crema de verdures
	2n plat	A	Llibrets al forn amb pastanagues saltades	Peix a la provençal	Truita de formatge	Barretes de lluç al forn amb minestrone	Per al forn amb verdures cruixents	Truita de carxofes	Pizza de tonyina i verdures
		B	Rotllets de peix amb gambes al vapor amb salsa de llimona	Bistec a la planxa amb "espaguetis" de cabassó	Peix al forn amb carpaccio de tomàquet	Daus de gall dindi amb sèsam i salsa de soja	Pernil brassejat amb cols de brussesles	Peix a la planxa amb verdures	Pollastre a la planxa a les fines hebes amb xerries
	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 fruites	logurt natural	Formatge blanc	logurt de fruita	logurt de sabors	Actimel	logurt de fruites

Setmana 3

17-23 GENER 2022

			DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
D I N A R	1r plat	A	Amanida completa de l'hort	Verdures planxa	lleties amb quinoa	Amanida catalana	Trinxat de col	Amanida mediterrània	Amanida salsa còctel
		B	<i>Escudella de Sant Antoni</i>	Amanida completa amb cannonges i mix de llavors	Amanida amb formatge i nous	Barquetes d'enciam farcides d'arròs xinès	Amanida d'hivern	Ensaladilla russa amb delícies de mar	Hummus amb crudités
	2n plat	A	<i>Butifarra amb verduretes saltejades.</i>	Macarrons amb carbonara de pollastre	Escalopa de vedella al forn	Mandonguilles amb salsa	Rodó gall dindi amb verduretes	Suquet de pescadors	Lassanya
		B	Peix a la planxa amb patates saltades amb all i julivert	Peix a la planxa amb patates fregides	Peix a la planxa amb samfaina natural	Peix al forn amb juliana de verdures	Peix planxa amb piperada	Pollastre agredolç amb cuscús	Peix al forn amb salsa veneciana
	Postres	A	Fruita del temps	Fruita del temps	Macedònia	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
		B	<i>Tortell</i>	logurt natural	logurt de fruites	logurt de sabors	logut natural	Crema catalana	logurt de sabors
			Batut de fruita / Infusió	Suc fruita / Infusió	Llet / Infusió	Fruita tallada/ Infusió	Batut de fruita / Infusió	Fruita tallada / Infusió	llet / infusió
	BERENAR		Pa amb embotit / logurt amb muesli	Pa amb formatge / Pa amb xocolata	Pa amb embotit / Biscotes integrals amb melmelada	Pa amb embotit / logurt amb bastonets de pa	Biscotes amb formatge / Pa de pessic casolà	Pa amb embotit / Formatge blanc amb fruits secs	Pa amb embotit / flocs de cereals
S O P A R	1r plat	A	Amanida mixta	Bledes a la catalana	Crema de porros	Sopa de lletres	Pèsols saltats	Sopa minestrone	Tomàquet, advocat i olives
		B	Arròs caldós amb brou de verdures	Amanida de mongeta tendra, tomàquet i formatge fresc	Amanida amb sardinetes	Amanida amb rotllets de pernil i formatge	Amanida amb palmitos i remolatxa	Amanida de l'hort	Cabdells amb vinagreta de mostassa
	2n plat	A	Remenat de bolets amb torradetes	Peix al forn amb aroma de cítrics	Cassoleta de brandada	Cuixetes de pollastre al forn amb cebetes	Gall dindi a la planxa amb pebrots vermell escalivat	Fajitas amb tires de vedella i verdures	Peix a la planxa amb encenalls de verdura al vapor
		B	Hamburguesa de peix amb tomàquet gratinat	llom sajonia amb chutney de pastanaga	Truita de carbassó	Peix a la planxa amb verdura vapor	Peix al forn amb herbes aromàtiques i pastanagues baby	Peix planxa amb xampinyons saltats	Truita de patata i ceba
	Postres	A	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
		B	Formatge blanc	logurt de fruites	Gelatina	logurt natural	Actimel	logurt de fruites	logurt natural

Setmana 4

24-30 GENER 2022

			DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
D I N A R	1r plat	A	Amanida codonyat i formatge	Amanida amb advocat i blat de moro	Cigrons a la jardineria	Cors de carxofa saltats	Crema de lleties vermelles amb crostonets	Amanida completa a l'estil del xef	Raviolis a la napolitana
		B	Crema de verdures	Espàrrecs verds a la planxa amb crema balsàmica	Amanida cèsar	Amanida d'hivern	Amanida campesina	Tomàquets farcits amb f.cabra	Amanida completa amb favetes
	2n plat	A	Fricandó amb salsa i patates pairisines	Hatchis parmentier	Escalopines de pollastre amb carbassó a la planxa	Rodó de porc al forn amb verdures	Cordon bleu de gall dindi amb mongeta verda extra fina	Pastís d'arròs i carn	Pollastre a la cassola al toc de la mostassa
		B	Peix al forn amb verdures	Peix a la planxa amb arròs saltat amb verdures	Peix a la taronja	Pasta amb salsa tonyina	Peix al forn amb salsa velouté	Peix al forn sobre un "llit" de patates	Peix a la vasca
	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 fruites	logurt natural	Arròs amb llet	logurt de sabors	Gelatina	Profiteroles	logurt de fruites
	BERENAR		Suc fruita / Infusió	llet / Infusió	Batut de fruita / Infusió	Fruita tallada / Infusió	logurt bevable / Infusió	llet/ Infusió	Fruita tallada/ Infusió
			Pa amb formatge / Pa amb oli i cacau en pols	cereals s/ sucre / Pa amb embotit	Pa amb embotit /logurt amb muesli	Pa amb embotit / Coca de forner	Pa amb embotit / Compota amb bastonets de pa	Pa amb embotit / Fruita tallada amb fruits secs	logurt amb flocs de civada / Biscotes amb formatget
S O P A R	1r plat	A	Sopa de fideus	Amanida variada	Espinacs a la crema	Bròquil amb patata	Amanida hortelana	Amanida amb col lombarda, pastanaga, blat de moro i salsa iogurt	Crema de verdures
		B	Amanida amb rúcula i mozzarella	Pourrusalda	Amanida mixta	Sopa de peix	Timbal d'albergínia, formatge i orenga	Verdura tricolor	Amanida tropical
	2n plat	A	Salsitxa de pollastre a la planxa amb crema de ceba	Peix forn amb salsa verda	Peix a la marinera	Gall dindi al forn amb poma	Mitjana a la planxa amb pebrot italià	Truita de pernil	Peix al forn amb xips de verdures al forn
		B	Peix a la romana amb tomàquet al forn	Remenat de gambetes	Vedella a la planxa amb encenalls de cabassa cruixent	Ous al plat amb juliana de verdures	Peix amb suquet	Xipirons saltats amb ceba i julivert	Creps salats
	Postres	A	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Macedònia	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
		B	logurt natural	logurt de sabors	logurt natural	Gelatina	Actimel	Formatge blanc	logurt de sabors