

MARÇ 2025		DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		MARIA MAGDALENA BONNIN LLITERAS			
				4		5		6		7			
Primer plat:		Arròs tres delícies (pastanaga , pèsols ,ceba, pernil dolç, truita francesa)		3, 8	Llenties cuinades vegetarianes (patata, pastanaga , ceba, carabassa, mongetes verdes, col , colflori)		0	Macarrons amb tonyina i salsa de tomàtiga		1, 2, 4	Crema de verdures (patata, carabassa, pastanaga , espinacs , ceba, porro)	2	
Segon plat:		Braç de carn picada		2, 3	Truita de pernil dolç (ou)		3	Lluç al forn		4	Piteres de pollastre al curry		2
Guarnició:		amb puré de patata		1,2	amb amanida variada (lletuga , tomàtiga, blat de moro, pastanaga , remolatxa)		0	amb amanida verda (lletuga , tomàtiga, cogombre, olives)		0	amb arròs blanc		0
Postre:		Fruita			Fruita			logurt		2	Fruita		
Sopars:		Ensalada de tonyina amb pa			Salsitxes fresques amb amanida			Bollit de pollastre amb verdures			Lluç a la planxa amb arròç blanc		
Primer plat:		10 Crema de pastanaga (pastanaga , patata, porro , ceba, tomàtiga)		2	Ciurons escaldins (amb patata, ceba, tomàtiga, carabassa)		0	Arròs de peix (amb brou de gerret i morralla)		4, 5, 9	Burballes Mallorquines		1
Segon plat:		Piteres de pollastre a la planxa		0	Filet de gallineta (peix blanc) a la planxa		4	Truita d' espinacs , all tendre , pèsols , carxofa) (ous)		3	Mussola al forn		4
Guarnició:		amb patates fregides		0	amb amanida verda (lletuga , tomàtiga, cogombre, olives)		0	amb amanida variada (lletuga , tomàtiga, blat de moro, pastanaga , remolatxa)		0	amb menestra de verdura (patata, pastanaga, mongetes verdes , pèsols)		0
Postre:		Fruita			Fruita			Fruita			logurt		2
Sopars:		Ous a la planxa amb pamboli			Pamboli amb pernil dolç i tomàtiga trempada			Nuggets de peix amb amanida			Truita de carabassó		
Primer plat:		17 Sopa reina (sèmola d'arròs amb brou de pollastre amb ou bollit)		3	Llenties cuinades vegetarianes (patata, pastanaga , ceba, carabassa, mongetes verdes, col , colflori)		0	Crema de xampinyons (patata, ceba, porro , xampinyons)		2	Ensalada mixta amb tonyina (lletuga , tomàtiga, pastanaga , blat de moro)		4
Segon plat:		Filet de peix arrebossat (gallineta)		1,3, 4	Pollastre rostit		0	Tumbet de mussola al forn		4	Macarrons a la bolonyesa		1, 2
Guarnició:		amb amanida campera (patata, ceba, tomàtiga, prebe, olives)		0	amb patates al forn		0	amb patata, albergínia, carabassó, tomàtiga, prebe		0	amb amanida variada (lletuga , tomàtiga, blat de moro, pastanaga , remolatxa)		0
Postre:		Fruita			Fruita			Fruita			logurt		2
Sopars:		Piteres de pollastre amb verdures a la planxa			Lluç a la jardineria			Pizza casolana "prosciutto"			Hamburguesa de tonyina amb amanida		
Primer plat:		24 Amanida de ciurons (tomàtiga, ceba, prebe, olives, tonyina, ou bollit)		3, 4	Sopa (amb brou de pollastre i verdura)		1	Mongetes blanques cuinades (patata, pastanaga , ceba, carabassa, mongetes verdes, col)		0	Crema de verdures (patata, carabassa, pastanaga , espinacs , ceba, porro)		2
Segon plat:		Escaldums de pollo		6	Bollit de verdures amb tonyina		4	San Jacobos al forn		1, 2	Truita de patata i ceba (ous)		3
Guarnició:		amb arròs blanc		0	amb patata, pastanaga , colflori , mongetes verdes		0	amb amanida variada (lletuga , tomàtiga, blat de moro, pastanaga , remolatxa)		0	amb amanida variada (lletuga , tomàtiga, blat de moro, pastanaga , remolatxa)		0
Postre:		Fruita			Fruita			Fruita			Fruita		
Sopars:		Truita francesa amb tomàtiga trempada			Pamboli amb formatge tendre			Calamar amb verdures i pa			Sopa		
Primer plat:		31 Fideus de peix (amb brou de gerret i morralla)		1, 4, 5, 9									
Segon plat:		Salsitxa fresca al forn		0									
Guarnició:		amb amanida verda (lletuga , tomàtiga, cogombre, olives)		0									
Postre:		Fruita											
Sopars:		Bollit de verdures i ou											

Plat ecològic
Producte de proximitat
Producte de temporada
Producte de temporada i

AL·LÈRGENS ALIMENTARIS

0: No conté al·lèrgens	5: Marisc	10: Sulfits
1: Gluten	6: Fruits secs	11: Mostassa
2: Llet i lactis	7: Àpid	12: Sèsam
3: Ous	8: Soja	13: Cacauets
4: Peix	9: Mol·luscs	14: Tramussos

Tots els menús es serviran únicament amb aigua com a beguda.
Per cuinar s'utilitza oli d'oliva alternat amb oli de gira-sol alto oleic.
Els logurts contenen una quantitat de sucre inferior a 12,3 g/100 ml.
Important informar a la cuina de qualsevol al·lèrgia alimentària.

Dietista: Mª Magdalena Bonnin Lliteras

Plat ecològic
Producte de proximitat
Producte de temporada
Producte de temporada i

- AL·LÈRGENS ALIMENTARIS
- 0: No conté al·lèrgens
1: Gluten
2: Ulet i lactis
3: Ous
4: Peix
5: Marisc
6: Fruits secs
7: Àpid
8: Soja
9: Mol·luscs
10: Sulfits
11: Mostassa
12: Sèsam
13: Cacauets
14: Tramussos

Tots els menús es serviran únicament amb aigua com a beguda.
Per cuinar s'utilitza oli d'oliva alternat amb oli de gira-sol alto oleic.
Els iogurts contenen una quantitat de sucre inferior a 12,3 g/100 ml.
Important informar a la cuina de qualsevol al·lèrgia alimentària.

Dietista: Mª Magdalena Bonnin Lliteras