

Abril 2025



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

Per dinar

01 **Macarrons ecològics** amb salsa Alfredo

659.4 kcal

Croquetes d'espínacs amb enciam, panses i cogombre

Fruita del temps

02 Llenties estofades amb verdures

534.88 kcal

filet de lluç al forn amb salsa verda (all i julivert)

Lacti sostenible

03 Sopa d'au amb arròs

538.55 kcal

Botifarra a la planxa amb xips

Fruita del temps

04 Crema de verdures de temporada

580.89 kcal

Pernilets de pollastre al curri amb tomàquet amanit

Fruita ecològica

07 **Espirals ecològics** amb salsa d'espínacs

589.21 kcal

Truita paisana amb cogombre i olives

Fruita ecològica

08 Amanida de llegum

598.06 kcal

Seitons fregits amb tomàquet amanit

Fruita ecològica

09 Crema de carbassa

504 kcal

Pollastre al txilindrón

Fruita del temps

10 **Mongeta verda ecològica**, pastanaga i patata

609.88 kcal

Hamburguesa de vedella ecològica a la planxa amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

11 Amanida d'arròs

492.37 kcal

Cigrons estofats amb verdures

Lacti sostenible

14

VACANCES DE PRIMAVERA

15

VACANCES DE PRIMAVERA

16

VACANCES DE PRIMAVERA

17

VACANCES DE PRIMAVERA

18

VACANCES DE PRIMAVERA

21

VACANCES DE PRIMAVERA

22 Amanida de lleties

655.85 kcal

Nuggets de pollastre amb enciam de colors

Fruita del temps

23 Menú St Jordi

684.47 kcal

Sopa de lletres

Canelons

Crema catalana

24 **Arròs ecològic** tres delícies

580.45 kcal

Ventresca de lluç al forn amb amanida

Fruita ecològica

25 Crema de carbassó amb crostons

504.04 kcal

Truita de porros amb enciam i daus de poma

Fruita del temps

28 Amanida de pasta

517.67 kcal

Cueta de rap a la marinera

Fruita del temps

29 Cigrons amb salsa de tomàquet

565.68 kcal

Pernilets de pollastre al forn amb enciam i olives

Fruita ecològica

30 Bròquil al vapor amb patata

536.44 kcal

Ous durs amb tonyina i maionesa (opcional) amb enciam a juliana

Fruita del temps

Sabies que...

si vols ajudar a prevenir refredats, les taronges no són les teves úniques aliades, de fet, el julivert, el pebrot verd, el bròcoli o la papaia tenen més quantitat de vitamina c



Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles (1 cop/15 dies).

Cada setmana hem introduït al menú fruites i verdures de proximitat i productes ecològics, certificats pel CCPAE.

Les fruites de temporada d'hivern que s'oferiran són: poma, pera, plàtan, mandarines, taronja, kiwi, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per una cooperativa d'inserció social sense afany de lucre.



Abril 2025



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

Per sopar

	01 Verdura amb patata Vedella a la planxa amb tomàquet amanit Fruita del temps	02 Amanida de pasta amb tomàquets xerri, olives i canonges Ous durs amb beixamel Fruita del temps	03 Pèsols amb patata Sipia a la planxa amb pastanaga ratllada i blat de moro logurt	04 Amanida de primavera amb fruita Falafels amb salsa de iogurt Fruita del temps
07 Hummus amb pastanaga Hamburguesa vegetal amb amanida Fruita del temps	08 Verdures al curri Pit de pollastre a la planxa amb pastanaga Fruita del temps	09 Arròs a l'estil oriental Truita a la francesa amb enciams variats logurt	10 Amanida de pasta Lluç al forn amb llit de ceba Fruita del temps	11 Guacamole amb nachos Fajitas de pollastre, pebrot i ceba Fruita del temps
14 VACANCES DE PRIMAVERA	15 VACANCES DE PRIMAVERA	16 VACANCES DE PRIMAVERA	17 VACANCES DE PRIMAVERA	18 VACANCES DE PRIMAVERA
21 VACANCES DE PRIMAVERA	22 Arròs amb bolets saltats Salmó a la planxa amb amanida Fruita del temps	23 Crema de pastanaga Remanat d'ou i espàrrecs amb cogombre i olives Fruita del temps	24 Verdura tricolor Contracuixa de pollastre a la planxa amb tomàquet amanit i olives logurt	25 Amanida verda Macarrons a la bolonyesa vegetal gratinats Fruita del temps
28 Pèsols amb encenais de pernil Truita de formatge amb tomàquet i orenga Fruita del temps	29 Quinoa amb verdures Rap al forn amb pebrot escalivat Fruita del temps	30 Espaguetis al pesto Broquetes de gall indi amb enciam i blat de moro logurt		

Xino Xano receptes

Pollastre al Txilindron

Continuem amb les Xino Xano receptes on cada mes us proposem una elaboració del nostre menú de nit perquè pugueu fer partícips als vostres infants i fer-la a casa conjuntament.

Us animem a que ens envieu a través de les xarxes socials les vostres elaboracions etiquetant-nos a l'Instagram a @xinoxanolleure



Trobaràs la recepta al següent enllaç



Abril 2025



Sense carn de porc - Halal

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

01 **Macarrons ecològics**
amb salsa Alfredo

Croquetes d'espínacs
amb enciam, panses i
cogombre

Fruita del temps

02 Lenties estofades amb
verdures **s/carn**

filet de lluç al forn amb
salsa verda (all i
julivert)

Lacti sostenible

03 Sopa vegetal amb arròs

Hamburguesa vegetal
planxa amb xips

Fruita del temps

04 Crema de verdures de
temporada

Pernilets de pollastre
halal al curri amb
tomàquet amanit

Fruita ecològica

07 **Espirals ecològics**
amb salsa d'espínacs

Truita paisana amb
cogombre i olives

Fruita ecològica

08 Amanida de llegum

Seitons fregits amb
tomàquet amanit

Fruita ecològica

09 Crema de carbassa

Pollastre **halal** al
txilindrón

Fruita del temps

10 **Mongeta verda**
ecològica, pastanaga i
patata

Hamburguesa Vegetal a
la planxa amb enciam i
blat de moro

Fruita del temps

11 Amanida d'arròs

Cigrons estofats amb
verdures **s/carn**

Lacti sostenible

14

**VACANCES DE
PRIMAVERA**

15

**VACANCES DE
PRIMAVERA**

16

**VACANCES DE
PRIMAVERA**

17

**VACANCES DE
PRIMAVERA**

18

**VACANCES DE
PRIMAVERA**

21

**VACANCES DE
PRIMAVERA**

22 Amanida de lleties

Pollastre **halal**
arrebossat amb
enciam de colors

Fruita del temps

23 Menú St Jordi
Sopa **vegetal** de lletres

Canelons **vegetals**

Crema catalana

24 **Arròs ecològic** tres
delícies **s/carn**

Ventresca de lluç al
forn amb amanida

Fruita ecològica

25 Crema de carbassó amb
crostons

Truita de porros amb
enciam i daus de poma

Fruita del temps

28

Amanida de pasta

Cueta de rap a la
marinera

Fruita del temps

29 Cigrons amb salsa de
tomàquet

Pernilets de pollastre
halal al forn amb
enciam i olives

Fruita ecològica

30 Bròquil al vapor amb
patata

Ous durs amb tonyina
i maionesa (opcional)
amb enciam a juliana

Fruita del temps

Sabies que...

si vols ajudar a
prevenir refredats, les
taronges no són les
teves úniques aliades,
de fet, el julivert, el
pebrot verd, el bròcoli
o la papaia tenen més
quantitat
de vitamina c



Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles
(1 cop/15 dies).

Cada setmana hem introduït al menú fruites i
verdures de proximitat i productes ecològics,
certificats pel CCPAE.

Les fruites de temporada d'hivern que
s'oferiran són: poma, pera, plàtan,
mandarines, taronja, kiwi, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per
una cooperativa d'inserció social sense
afany de lucre.



Abril 2025



Sense carn

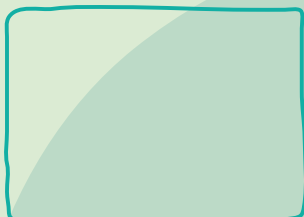
Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



01 **Macarrons ecològics**
amb salsa Alfredo

Croquetes d'espínacs
amb enciam, panses i
cogombre

Fruita del temps

02 Lenties estofades amb
verdures **s/carn**

filet de lluç al forn amb
salsa verda (all i
julivert)

Lacti sostenible

03 Sopa vegetal amb arròs

Hamburguesa vegetal
planxa amb xips

Fruita del temps

04 Crema de verdures de
temporada

Peix a la planxa amb
tomàquet amanit

Fruita ecològica

07 **Espirals ecològics**
amb salsa d'espínacs

Truita paisana amb
cogombre i olives

Fruita ecològica

08 Amanida de llegum

Seitons fregits amb
tomàquet amanit

Fruita ecològica

09 Crema de carbassa

Peix al forn al
txilindrón

Fruita del temps

10 **Mongeta verda**
ecològica, pastanaga i
patata

Hamburguesa Vegetal a
la planxa amb enciam i
blat de moro

Fruita del temps

11 Amanida d'arròs

Cigrons estofats amb
verdures **s/carn**

Lacti sostenible

14

**VACANCES DE
PRIMAVERA**

15

**VACANCES DE
PRIMAVERA**

16

**VACANCES DE
PRIMAVERA**

17

**VACANCES DE
PRIMAVERA**

18

**VACANCES DE
PRIMAVERA**

21

**VACANCES DE
PRIMAVERA**

22 Amanida de lleties

Croquetes
vegetals amb
enciam de colors

Fruita del temps

23 Menú St Jordi

Sopa **vegetal** de lletres
Canelons **vegetals**

Crema catalana

24 **Arròs ecològic** tres
delícies **s/carn**

Ventresca de lluç al
forn amb amanida

Fruita ecològica

25 Crema de carbassó amb
crostons

Truita de porros amb
enciam i daus de poma

Fruita del temps

28 Amanida de pasta

Cueta de rap a la
marinera

Fruita del temps

29 Cigrons amb salsa de
tomàquet

Hamburguesa
vegetal a la planxa
amb enciam i olives

Fruita ecològica

30 Bròquil al vapor amb
patata

Ous durs amb tonyina
i maionesa (opcional)
amb enciam a juliana

Fruita del temps



Sabies que...

si vols ajudar a
prevenir refredats, les
taronges no són les
teves úniques aliades,
de fet, el julivert, el
pebrot verd, el bròcoli
o la papaia tenen més
quantitat
de vitamina c



Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles
(1 cop/15 dies).

Cada setmana hem introduït al menú fruites i
verdures de proximitat i productes ecològics,
certificats pel CCPAE.

Les fruites de temporada d'hivern que
s'oferiran són: poma, pera, plàtan,
mandarines, taronja, kiwi, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per
una cooperativa d'inserció social sense
afany de lucre.



Abril 2025



Sense carn de vedella

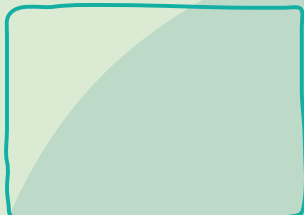
Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



01 **Macarrons ecològics**
amb salsa Alfredo
Croquetes d'espínacs
amb enciam, panses i
cogombre
Fruita del temps

02 Lenties estofades amb
verduretes **s/carn**
filet de lluç al forn amb
salsa verda (all i
julivert)
Lacti sostenible

03 Sopa vegetal amb arròs
Botifarra a la planxa
amb xips
Fruita del temps

04 Crema de verdures de
temporada
Pernilets de pollastre
al curri amb
tomàquet amanit
Fruita ecològica

07 **Espirals ecològics**
amb salsa d'espínacs
Truita paisana amb
cogombre i olives
Fruita ecològica

08 Amanida de llegum
Seitons fregits amb
tomàquet amanit
Fruita ecològica

09 Crema de carbassa
Pollastre **halal** al
txilindrón
Fruita del temps

10 **Mongeta verda**
ecològica, pastanaga i
patata
Hamburguesa Vegetal a
la planxa amb enciam i
blat de moro
Fruita del temps

11 Amanida d'arròs
Cigrons estofats amb
verdures **s/carn**
Lacti sostenible

14
VACANCES DE
PRIMAVERA

15
VACANCES DE
PRIMAVERA

16
VACANCES DE
PRIMAVERA

17
VACANCES DE
PRIMAVERA

18
VACANCES DE
PRIMAVERA

21
VACANCES DE
PRIMAVERA

22 Amanida de lleties
Nuggets de
pollastre amb
enciam de colors
Fruita del temps

23 Menú St Jordi
Sopa **vegetal** de lletres
Canelons **vegetals**
Crema catalana

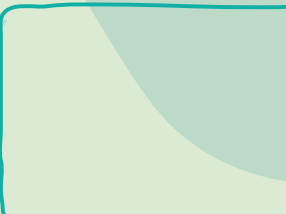
24 **Arròs ecològic** tres
delícies **s/carn**
Ventresca de lluç al
forn amb amanida
Fruita ecològica

25 Crema de carbassó amb
crostons
Truita de porros amb
enciam i daus de poma
Fruita del temps

28 Amanida de pasta
Cueta de rap a la
marinera
Fruita del temps

29 Cigrons amb salsa de
tomàquet
Pernilets de pollastre
al forn amb enciam i
olives
Fruita ecològica

30 Bròquil al vapor amb
patata
Ous durs amb tonyina
i maionesa (opcional)
amb enciam a juliana
Fruita del temps



Sabies que...

si vols ajudar a
prevenir refredats, les
taronges no són les
teves úniques aliades,
de fet, el julivert, el
pebrot verd, el bròcoli
o la papaia tenen més
quantitat
de vitamina c



Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles
(1 cop/15 dies).

Cada setmana hem introduït al menú fruites i
verdures de proximitat i productes ecològics,
certificats pel CCPAE.

Les fruites de temporada d'hivern que
s'oferiran són: poma, pera, plàtan,
mandarines, taronja, kiwi, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per
una cooperativa d'inserció social sense
afany de lucre.



Abril 2025



Ovolacto - Vegetarià

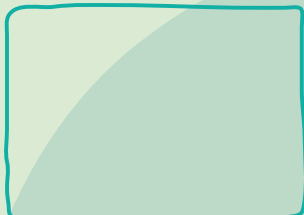
Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



01 Macarrons ecològics amb salsa Alfredo
Croquetes d'espínacs amb enciam, panses i cogombre
Fruita del temps

02 Llenties estofades amb verdures **s/carn**
Ous al forn amb verdures
Lacti sostenible

03 Sopa **vegetal** amb arròs
Hamburguesa vegetal amb xips
Fruita del temps

04 Crema de verdures de temporada
Tofu al curri amb tomàquet amanit
Fruita ecològica

07 **Espirals ecològics** amb salsa d'espínacs
Truita paisana amb cogombre i olives
Fruita ecològica

08 Amanida de llegum **s/peix**
Croquetes vegetals amb tomàquet amanit
Fruita ecològica

09 Crema de carbassa
Tofu saltat al txilindrón
Fruita del temps

10 **Mongeta verda ecològica**, pastanaga i patata
Hamburguesa Vegetal a la planxa amb enciam i blat de moro
Fruita del temps

11 Amanida d'arròs **s/peix**
Cigrons estofats amb verdures **s/carn**
Lacti sostenible

14
VACANCES DE PRIMAVERA

15
VACANCES DE PRIMAVERA

16
VACANCES DE PRIMAVERA

17
VACANCES DE PRIMAVERA

18
VACANCES DE PRIMAVERA

21
VACANCES DE PRIMAVERA

22 Amanida de lleties **s/peix**
Croquetes vegetals amb enciam de colors
Fruita del temps

23 Menú St Jordi
Sopa **vegetal** de lletres
Canelons **vegetals**
Crema catalana

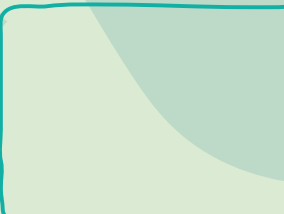
24 **Arròs ecològic** tres delícies **s/carn ni peix**
Hamburguesa vegetal a la planxa amb amanida
Fruita ecològica

25 Crema de carbassó amb crostons
Truita de porros amb enciam i daus de poma
Fruita del temps

28 Amanida de pasta **s/peix**
Truita a la francesa amb amanida
Fruita del temps

29 Cigrons amb salsa de tomàquet
Hamburguesa vegetal a la planxa amb enciam i olives
Fruita ecològica

30 Bròquil al vapor amb patata
Ous durs **s/tonyina** i maionesa (opcional) amb enciam a juliana
Fruita del temps



Sabies que...

si vols ajudar a prevenir refredats, les taronges no són les teves úniques aliades, de fet, el julivert, el pebrot verd, el bròcoli o la papaia tenen més quantitat de vitamina c



Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles (1 cop/15 dies).

Cada setmana hem introduït al menú fruites i verdures de proximitat i productes ecològics, certificats pel CCPAE.

Les fruites de temporada d'hivern que s'oferiran són: poma, pera, plàtan, mandarina, taronja, kiwi, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per una cooperativa d'inserció social sense afany de lucre.



Abril 2025



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Sense gluten

Divendres

07 **Pasta s/gluten** amb salsa d'espinacs
Truita paisana amb cogombre i olives
Fruita ecològica

01 **Pasta s/gluten** amb salsa Alfredo
Gall dindi arrebossat s/gluten amb enciam, panses i cogombre
Fruita del temps

02 Llenties **s/gluten** estofades amb verduretes
filet de lluç al forn amb salsa verda (all i julivert)
Lacti sostenible

03 Sopa d'au amb arròs (**brou s/gluten**)
Botifarra a la planxa amb xips
Fruita del temps

04 Crema de verdures de temporada
Pernilets de pollastre al curri amb tomàquet amanit
Fruita ecològica

14 **VACANCES DE PRIMAVERA**

08 Amanida de llegum
Seitons fregits **s/gluten** amb tomàquet amanit
Fruita ecològica

09 Crema de carbassa
Pollastre al txilindrón
Fruita del temps

10 **Mongeta verda ecològica**, pastanaga i patata
Hamburguesa de vedella ecològica a la planxa amb enciam i blat de moro
Fruita del temps

11 Amanida d'arròs
Cigrons estofats amb verdures
Lacti sostenible

21 **VACANCES DE PRIMAVERA**

15 **VACANCES DE PRIMAVERA**

16 **VACANCES DE PRIMAVERA**

17 **VACANCES DE PRIMAVERA**

18 **VACANCES DE PRIMAVERA**

28 Amanida de **pasta s/gluten**
Cueta de rap a la marinera
Fruita del temps

22 Amanida de llenties **s/gluten**
Pollastre arrebossat s/gluten amb enciam de colors
Fruita del temps

23 Menú St Jordi
Sopa de **pasta s/gluten** (**brou s/gluten**)
Llom arrebossat s/gluten amb xips
Crema Catalana

24 **Arròs ecològic** tres delícies
Ventresca de lluç al forn amb amanida
Fruita ecològica

25 Crema de carbassó amb **s/crotons**
Truita de porros amb enciam i daus de poma
Fruita del temps

29 Cigrons amb salsa de tomàquet
Pernilets de pollastre al forn amb enciam i olives
Fruita ecològica

30 Bròquil al vapor amb patata
Ous durs amb tonyina i maionesa (opcional) amb enciam a juliana
Fruita del temps

30 **Bròquil al vapor** amb patata
Ous durs amb tonyina i maionesa (opcional) amb enciam a juliana
Fruita del temps

Sabies que...

si vols ajudar a prevenir refredats, les taronges no són les teves úniques aliades, de fet, el julivert, el pebrot verd, el bròcoli o la papaia tenen més quantitat de vitamina c



Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles (1 cop/15 dies).

Cada setmana hem introduït al menú fruites i verdures de proximitat i productes ecològics, certificats pel CCPAE.

Les fruites de temporada d'hivern que s'oferiran són: poma, pera, plàtan, mandarines, taronja, kiwi, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per una cooperativa d'inserció social sense afany de lucre.



Abril 2025



Dilluns

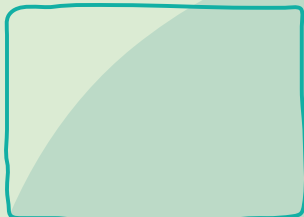
Dimarts

Dimecres

Dijous

Sense lactosa

Divendres



01 Macarrons ecològics amb salsa de tomàquet s/lactis ni formatge
Gall dindi arrebossat s/lactis amb enciam, panses i cogombre
Fruita del temps

02 Llenties estofades amb verdures
filet de lluç al forn amb salsa verda (all i julivert)
Postres de soja

03 Sopa d'au amb arròs
Botifarra a la planxa amb xips
Fruita del temps

04 Crema de verdures de temporada s/lactis
Pernilets de pollastre al curri amb tomàquet amanit
Fruita ecològica

07 Espirals ecològics amb salsa de tomàquet s/lactis ni formatge
Truita paisana amb cogombre i olives
Fruita ecològica

08 Amanida de llegum
Seitons fregits s/lactis amb tomàquet amanit
Fruita ecològica

09 Crema de carbassa s/lactis
Pollastre al txilindrón
Fruita del temps

10 Mongeta verda ecològica, pastanaga i patata
Hamburguesa de vedella ecològica a la planxa amb enciam i blat de moro
Fruita del temps

11 Amanida d'arròs s/lactis
Cigrons estofats amb verdures
Postres de soja

14
VACANCES DE PRIMAVERA

15
VACANCES DE PRIMAVERA

16
VACANCES DE PRIMAVERA

17
VACANCES DE PRIMAVERA

18
VACANCES DE PRIMAVERA

21
VACANCES DE PRIMAVERA

22 Amanida de lleties
Pollastre arrebossat s/lactis amb enciam de colors
Fruita del temps

23 Menú St Jordi
Sopa de lletres
Llom arrebossat s/lactis amb xips
Postres de soja

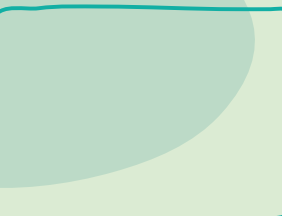
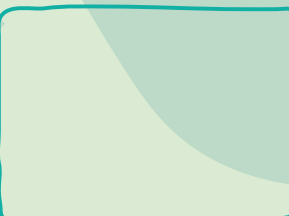
24 Arròs ecològic tres delícies
Ventresca de lluç al forn amb amanida
Fruita ecològica

25 Crema de carbassó amb crostons s/lactis
Truita de porros amb enciam i daus de poma
Fruita del temps

28 Amanida de pasta s/lactis
Cueta de rap a la marinera
Fruita del temps

29 Cigrons amb salsa de tomàquet
Pernilets de pollastre al forn amb enciam i olives
Fruita ecològica

30 Bròquil al vapor amb patata
Ous durs amb tonyina i maionesa (opcional) amb enciam a juliana
Fruita del temps



Sabies que...

si vols ajudar a prevenir refredats, les taronges no són les teves úniques aliades, de fet, el julivert, el pebrot verd, el bròcoli o la papaia tenen més quantitat de vitamina c



Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles (1 cop/15 dies).

Cada setmana hem introduït al menú fruites i verdures de proximitat i productes ecològics, certificats pel CCPAE.

Les fruites de temporada d'hivern que s'oferiran són: poma, pera, plàtan, mandarines, taronja, kiwi, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per una cooperativa d'inserció social sense afany de lucre.



Abril 2025



Sense Proteïna de llet de vaca

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

01 Macarrons ecològics amb salsa de tomàquet s/lactis ni formatge
Gall dindi arrebossat s/lactis amb enciam, panses i cogombre
Fruita del temps

02 Llenties estofades amb verdures
filet de lluç al forn amb salsa verda (all i julivert)
Postres de soja

03 Sopa d'au amb arròs
Botifarra a la planxa amb xips
Fruita del temps

04 Crema de verdures de temporada s/lactis
Pernilets de pollastre al curri amb tomàquet amanit
Fruita ecològica

07 Espirals ecològics amb salsa de tomàquet s/lactis ni formatge
Truita paisana amb cogombre i olives
Fruita ecològica

08 Amanida de llegum
Seitons fregits s/lactis amb tomàquet amanit
Fruita ecològica

09 Crema de carbassa s/lactis
Pollastre al txilindrón
Fruita del temps

10 Mongeta verda ecològica, pastanaga i patata
Hamburguesa de vedella ecològica a la planxa amb enciam i blat de moro
Fruita del temps

11 Amanida d'arròs s/lactis
Cigrons estofats amb verdures
Postres de soja

14 VACANCES DE PRIMAVERA

15 VACANCES DE PRIMAVERA

16 VACANCES DE PRIMAVERA

17 VACANCES DE PRIMAVERA

18 VACANCES DE PRIMAVERA

21 VACANCES DE PRIMAVERA

22 Amanida de lleties
Pollastre arrebossat s/lactis amb enciam de colors
Fruita del temps

23 Menú St Jordi
Sopa de lletres
Llom arrebossat s/lactis amb xips
Postres de soja

24 Arròs ecològic tres delícies
Ventresca de lluç al forn amb amanida
Fruita ecològica

25 Crema de carbassó amb crostons s/lactis
Truita de porros amb enciam i daus de poma
Fruita del temps

28 Amanida de pasta s/lactis
Cueta de rap a la marinera
Fruita del temps

29 Cigrons amb salsa de tomàquet
Pernilets de pollastre al forn amb enciam i olives
Fruita ecològica

30 Bròquil al vapor amb patata
Ous durs amb tonyina i maionesa (opcional) amb enciam a juliana
Fruita del temps

Sabies que...

si vols ajudar a prevenir refredats, les taronges no són les teves úniques aliades, de fet, el julivert, el pebrot verd, el bròcoli o la papaia tenen més quantitat de vitamina c



Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles (1 cop/15 dies).

Cada setmana hem introduït al menú fruites i verdures de proximitat i productes ecològics, certificats pel CCPAE.

Les fruites de temporada d'hivern que s'oferiran són: poma, pera, plàtan, mandarines, taronja, kiwi, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per una cooperativa d'inserció social sense afany de lucre.



Abril 2025



Sense Proteïna de llet de vaca ni vedella

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

01 **Macarrons ecològics** amb salsa de tomàquet s/lactis ni formatge
Gall dindi arrebossat s/lactis amb enciam, panses i cogombre
Fruita del temps

02 **Llenties estofades** amb verdures s/carn
filet de lluç al forn amb salsa verda (all i julivert)
Postres de soja

03 **Sopa vegetal** amb arròs
Botifarra a la planxa amb xips
Fruita del temps

04 **Crema de verdures** de temporada s/lactis
Pernilets de pollastre al curri amb tomàquet amanit
Fruita ecològica

07 **Espirals ecològics** amb salsa de tomàquet s/lactis ni formatge
Truita paisana amb cogombre i olives
Fruita ecològica

08 **Amanida** de llegum
Seitons fregits s/lactis amb tomàquet amanit
Fruita ecològica

09 **Crema de carbassa s/lactis**
Pollastre al txilindrón
Fruita del temps

10 **Mongeta verda ecològica**, pastanaga i patata
Hamburguesa vegetal a la planxa amb enciam i blat de moro
Fruita del temps

11 **Amanida d'arròs s/lactis**
Cigrons estofats amb verdures
Postres de soja

14 **VACANCES DE PRIMAVERA**

15 **VACANCES DE PRIMAVERA**

16 **VACANCES DE PRIMAVERA**

17 **VACANCES DE PRIMAVERA**

18 **VACANCES DE PRIMAVERA**

21 **VACANCES DE PRIMAVERA**

22 **Amanida** de llenties
Pollastre arrebossat s/lactis amb enciam de colors
Fruita del temps

23 **Menú St Jordi**
Sopa vegetal de lletres
Llom arrebossat s/lactis amb xips
Postres de soja

24 **Arròs ecològic** tres delícies s/carn
Ventresca de lluç al forn amb amanida
Fruita ecològica

25 **Crema de carbassó** amb crostons s/lactis
Truita de porros amb enciam i daus de poma
Fruita del temps

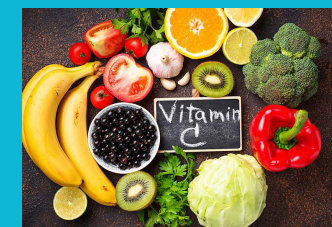
28 **Amanida de pasta s/lactis**
Cueta de rap a la marinera
Fruita del temps

29 **Cigrons** amb salsa de tomàquet
Pernilets de pollastre al forn amb enciam i olives
Fruita ecològica

30 **Bròquil** al vapor amb patata
Ous durs amb tonyina i maionesa (opcional) amb enciam a juliana
Fruita del temps

Sabies que...

si vols ajudar a prevenir refredats, les taronges no són les teves úniques aliades, de fet, el julivert, el pebrot verd, el bròcoli o la papaia tenen més quantitat de vitamina c



Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles (1 cop/15 dies).

Cada setmana hem introduït al menú fruites i verdures de proximitat i productes ecològics, certificats pel CCPAE.

Les fruites de temporada d'hivern que s'oferiran són: poma, pera, plàtan, mandarines, taronja, kiwi, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per una cooperativa d'inserció social sense afany de lucre.



Abril 2025



Sense peix ni marisc

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

01 **Macarrons ecològics**
amb salsa Alfredo

Croquetes d'espínacs
amb enciam, panses i
cogombre

Fruita del temps

02 Llenties estofades amb
verduretes

**Ous al forn amb
verdures**

Lacti sostenible

03 Sopa d'au amb arròs
(brou s/peix ni marisc)

Botifarra a la planxa
amb xips

Fruita del temps

04 Crema de verdures de
temporada

Pernilets de pollastre
al curri amb tomàquet
amanit

Fruita ecològica

07 **Espirals ecològics**
amb salsa d'espínacs

Truita paisana amb
cogombre i olives

Fruita ecològica

08 Amanida de llegum s/
peix

Croquetes vegetals amb
tomàquet amanit

Fruita ecològica

09 Crema de carbassa
Pollastre al txilindrón

Fruita del temps

10 **Mongeta verda**
ecològica, pastanaga i
patata

Hamburguesa de vedella
ecològica a la planxa amb
enciam i blat de moro

Fruita del temps

11 Amanida d'arròs s/
peix

Cigrons estofats amb
verdures

Lacti sostenible

14

**VACANCES DE
PRIMAVERA**

15

**VACANCES DE
PRIMAVERA**

16

**VACANCES DE
PRIMAVERA**

17

**VACANCES DE
PRIMAVERA**

18

**VACANCES DE
PRIMAVERA**

21

**VACANCES DE
PRIMAVERA**

22 Amanida de lleties
s/peix

Nuggets de pollastre
amb enciam de
colors

Fruita del temps

23 Menú St Jordi
Sopa de lletres (brou s/
peix ni marisc)

Canelons

Crema Catalana

24 **Arròs ecològic** tres
delícies s/peix ni
marisc

Hamburguesa vegetal
a la planxa

Fruita ecològica

25 Crema de carbassó amb
crostons

Truita de porros amb
enciam i daus de poma

Fruita del temps

28 Amanida de pasta s/peix

Truita a la francesa
amb amanida

Fruita del temps

29 Cigrons amb salsa de
tomàquet

Pernilets de pollastre
al forn amb enciam i
olives

Fruita ecològica

30 Bròquil al vapor amb
patata

Ous durs s/tonyina i
maionesa (opcional)
amb enciam a juliana

Fruita del temps

Sabies que...

si vols ajudar a
prevenir refredats, les
taronges no són les
teves úniques aliades,
de fet, el julivert, el
pebrot verd, el bròcoli
o la papaia tenen més
quantitat
de vitamina c



Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles
(1 cop/15 dies).

Cada setmana hem introduït al menú fruites i
verdures de proximitat i productes ecològics,
certificats pel CCPAE.

Les fruites de temporada d'hivern que
s'oferiran són: poma, pera, plàtan,
mandarines, taronja, kiwi, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per
una cooperativa d'inserció social sense
afany de lucre.



Abril 2025



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Sense llegum

Divendres

01 **Macarrons ecològics**
amb salsa Alfredo
Llom arrebossat s/ llegum amb enciam,
panses i cogombre
Fruita del temps

02 **Patates** estofades amb
verdures **s/pèsols**
filet de lluç al forn amb
salsa verda (all i
julivert)
Lacti sostenible

03 Sopa d'au amb arròs
(brou s/llegum)
Botifarra a la planxa
amb xips
Fruita del temps

04 Crema de verdures de
temporada **s/pèsols**
Pernilets de pollastre
al curri amb tomàquet
amanit
Fruita ecològica

07 **Espirals ecològics**
amb salsa d'espínacs
Truita paisana amb
cogombre i olives
Fruita ecològica

08 Amanida de **patata**
Seitons fregits **s/ llegum** amb
tomàquet amanit
Fruita ecològica

09 Crema de carbassa
Pollastre al txilindrón
Fruita del temps

10 **Mongeta verda**
ecològica, pastanaga i
patata
Hamburguesa de vedella
ecològica a la planxa amb
enciam i blat de moro
Fruita del temps

11 Amanida d'arròs
Peix a la planxa amb
verdures
Lacti sostenible

14
**VACANCES DE
PRIMAVERA**

15
**VACANCES DE
PRIMAVERA**

16
**VACANCES DE
PRIMAVERA**

17
**VACANCES DE
PRIMAVERA**

18
**VACANCES DE
PRIMAVERA**

21
**VACANCES DE
PRIMAVERA**

22 Amanida de **patata**
Nuggets de pollastre
amb enciam de
colors
Fruita del temps

23 Menú St Jordi
Sopa de lletres (**brou s/ llegum**)
Canelons
Crema catalana

24 **Arròs ecològic** tres
delícies **s/pèsols**
Ventresca de lluç al
forn amb amanida
Fruita ecològica

25 Crema de carbassó amb
crostons
Truita de porros amb
enciam i daus de poma
Fruita del temps

28 Amanida de pasta
Cueta de rap a la
marinera
Fruita del temps

29 Arròs amb salsa de
tomàquet
Pernilets de pollastre
al forn amb enciam i
olives
Fruita ecològica

30 Bròquil al vapor amb
patata
Ous durs amb tonyina
i maionesa (opcional)
amb enciam a juliana
Fruita del temps

Sabies que...

si vols ajudar a
prevenir refredats, les
taronges no són les
teves úniques aliades,
de fet, el julivert, el
pebrot verd, el bròcoli
o la papaia tenen més
quantitat
de vitamina c



Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles
(1 cop/15 dies).

Cada setmana hem introduït al menú fruites i
verdures de proximitat i productes ecològics,
certificats pel CCPAE.

Les fruites de temporada d'hivern que
s'oferiran són: poma, pera, plàtan,
mandarines, taronja, kiwi, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per
una cooperativa d'inserció social sense
afany de lucre.



Abril 2025



Sense fruits secs

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

01 **Macarrons ecològics**
amb salsa Alfredo
Croquetes d'espínacs
amb enciam, panses i
cogombre
Fruita del temps

02 Llenties estofades amb
verdures **s/picada de
fruits secs**
filet de lluç al forn amb
salsa verda (all i
julivert)
Lacti sostenible

03 Sopa d'au amb arròs
Botifarra a la planxa
amb xips
Fruita del temps

04 Crema de verdures de
temporada
Pernilets de pollastre
al curri amb tomàquet
amanit
Fruita ecològica

07 **Espirals ecològics**
amb salsa d'espínacs
Truita paisana amb
cogombre i olives
Fruita ecològica

08 Amanida de llegum
Seitons fregits amb
tomàquet amanit
Fruita ecològica

09 Crema de carbassa
Pollastre al txilindrón
Fruita del temps

10 **Mongeta verda
ecològica**, pastanaga i
patata
**Hamburguesa de vedella
ecològica** a la planxa amb
enciam i blat de moro
Fruita del temps

11 Amanida d'arròs
Cigrons estofats amb
verdures **s/picada de
fruits secs**
Lacti sostenible

14 **VACANCES DE
PRIMAVERA**

15 **VACANCES DE
PRIMAVERA**

16 **VACANCES DE
PRIMAVERA**

17 **VACANCES DE
PRIMAVERA**

18 **VACANCES DE
PRIMAVERA**

21 **VACANCES DE
PRIMAVERA**

22 Amanida de lleties
Nuggets de pollastre
amb enciam de
colors
Fruita del temps

23 Menú St Jordi
Sopa de lletres
Canelons
Crema catalana

24 **Arròs ecològic** tres
delícies
Ventresca de lluç al
forn amb amanida
Fruita ecològica

25 Crema de carbassó amb
crostons
Truita de porros amb
enciam i daus de poma
Fruita del temps

28 Amanida de pasta
Cueta de rap a la marinera
s/picada de fruits secs
Fruita del temps

29 Cigrons amb salsa de
tomàquet
Pernilets de pollastre
al forn amb enciam i
olives
Fruita ecològica

30 Bròquil al vapor amb
patata
Ous durs amb tonyina
i maionesa (opcional)
amb enciam a juliana
Fruita del temps

Sabies que...

si vols ajudar a
prevenir refredats, les
taronges no són les
teves úniques aliades,
de fet, el julivert, el
pebrot verd, el bròcoli
o la papaia tenen més
quantitat
de vitamina c



Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles
(1 cop/15 dies).

Cada setmana hem introduït al menú fruites i
verdures de proximitat i productes ecològics,
certificats pel CCPAE.

Les fruites de temporada d'hivern que
s'oferiran són: poma, pera, plàtan,
mandarines, taronja, kiwi, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per
una cooperativa d'inserció social sense
afany de lucre.



Abril 2025



Sense ou

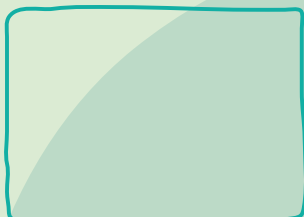
Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



01 Pasta s/ou amb salsa Alfredo
Gall dindi arrebossat s/ou amb enciam, panses i cogombre
Fruita del temps

02 Llenties estofades amb verdures
filet de lluç al forn amb salsa verda (all i julivert)
Lacti sostenible

03 Sopa d'au amb arròs
Botifarra a la planxa amb xips
Fruita del temps

04 Crema de verdures de temporada
Pernilets de pollastre al curri amb tomàquet amanit
Fruita ecològica

07 Pasta s/ou amb salsa d'espinacs
Gall dindi a la planxa amb cogombre i olives
Fruita ecològica

08 Amanida de llegum
Seitons fregits s/ou amb tomàquet amanit
Fruita ecològica

09 Crema de carbassa
Pollastre al txilindrón
Fruita del temps

10 Mongeta verda ecològica, pastanaga i patata
Hamburguesa de vedella ecològica a la planxa amb enciam i blat de moro
Fruita del temps

11 Amanida d'arròs
Cigrons estofats amb verdures
Lacti sostenible

14
VACANCES DE PRIMAVERA

15
VACANCES DE PRIMAVERA

16
VACANCES DE PRIMAVERA

17
VACANCES DE PRIMAVERA

18
VACANCES DE PRIMAVERA

21
VACANCES DE PRIMAVERA

22 Amanida de lleties
Pollastre arrebossat s/ou amb enciam de colors
Fruita del temps

23 Menú St Jordi
Sopa de pasta s/ou
Llom arrebossat s/ou amb xips
Crema catalana

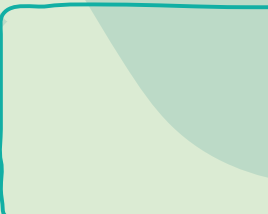
24 Arròs ecològic tres delícies s/ou
Ventresca de lluç al forn amb amanida
Fruita ecològica

25 Crema de carbassó amb crostons
Gall dindi a la planxa amb enciam i daus de poma
Fruita del temps

28 Amanida de pasta s/ou
Cueta de rap a la marinera
Fruita del temps

29 Cigrons amb salsa de tomàquet
Pernilets de pollastre al forn amb enciam i olives
Fruita ecològica

30 Bròquil al vapor amb patata
Peix a la planxa amb enciam a juliana
Fruita del temps



Sabies que...

si vols ajudar a prevenir refredats, les taronges no són les teves úniques aliades, de fet, el julivert, el pebrot verd, el bròcoli o la papaia tenen més quantitat de vitamina c



Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles (1 cop/15 dies).

Cada setmana hem introduït al menú fruites i verdures de proximitat i productes ecològics, certificats pel CCPAE.

Les fruites de temporada d'hivern que s'oferiran són: poma, pera, plàtan, mandarines, taronja, kiwi, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per una cooperativa d'inserció social sense afany de lucre.



Abril 2025



Dieta baixa en greixos i colesterol

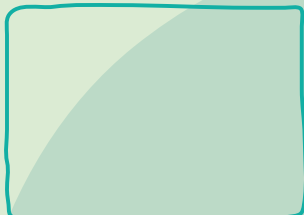
Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



01 Macarrons ecològics amb salsa de tomàquet s/lactis ni formatge
Gall dindi a la planxa amb enciam, panses i cogombre
Fruita del temps

02 Llenties estofades amb verdures
filet de lluç al forn amb salsa verda (all i julivert)
Lacti sostenible

03 Sopa **vegetal** amb arròs
Hamburguesa vegetal amb amanida
Fruita del temps

04 Crema de verdures de temporada s/lactis
Pernilets de pollastre s/pell al curri amb tomàquet amanit
Fruita ecològica

07 Espirals ecològics amb salsa de tomàquet s/lactis ni formatge
Truita de verdures al vapor amb cogombre i olives
Fruita ecològica

08 Amanida de llegum s/lactis ni peix
Peix a la planxa amb tomàquet amanit
Fruita ecològica

09 Crema de carbassa s/lactis
Pollastre s/pell al txilindrón
Fruita del temps

10 Mongeta verda ecològica, pastanaga i patata
Hamburguesa vegetal a la planxa amb enciam i blat de moro
Fruita del temps

11 Amanida d'arròs
Cigrons estofats amb verdures s/carn
Lacti sostenible

14
VACANCES DE PRIMAVERA

15
VACANCES DE PRIMAVERA

16
VACANCES DE PRIMAVERA

17
VACANCES DE PRIMAVERA

18
VACANCES DE PRIMAVERA

21
VACANCES DE PRIMAVERA

22 Amanida de lleties s/lactis ni peix
Pollastre s/pell a la planxa amb enciam de colors
Fruita del temps

23 Menú St Jordi
Sopa **vegetal** de lletres
Llom a la planxa amb patata al caliu
Crema catalana

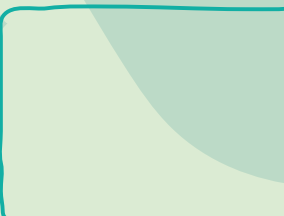
24 Arròs ecològic amb verdures
Ventresca de lluç al forn amb amanida
Fruita ecològica

25 Crema de carbassó s/lactis ni crostons
Truita de porros al vapor amb enciam i daus de poma
Fruita del temps

28 Amanida de pasta s/lactis ni peix
Cueta de rap al forn amb amanida
Fruita del temps

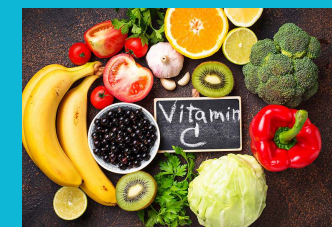
29 Cigrons amb salsa de tomàquet
Pernilets de pollastre s/pell al forn amb enciam i olives
Fruita ecològica

30 Bròquil al vapor amb patata
Ous durs s/tonyina ni maionesa amb enciam a juliana
Fruita del temps



Sabies que...

si vols ajudar a prevenir refredats, les taronges no són les teves úniques aliades, de fet, el julivert, el pebrot verd, el bròcoli o la papaia tenen més quantitat de vitamina c



Menú elaborat per IADIN (Institut d'Assessorament Dietètic i Nutricional)

Productes de proximitat i de temporada.

Reducció de fregits i carns vermelles (1 cop/15 dies).

Cada setmana hem introduït al menú fruites i verdures de proximitat i productes ecològics, certificats pel CCPAE.

Les fruites de temporada d'hivern que s'oferiran són: poma, pera, plàtan, mandarines, taronja, kiwi, maduixes...

Els lactis que oferim són elaborats per una cooperativa d'inserció social sense afany de lucre.

