

MARÇ 2025

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

MARIA MAGDALENA BONNIN LLITERAS
DIVENDRES

Primer plat:

Segon plat:

Guarnició:

Postre:

Sopars:

5		6		7	
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
Truita de pernil dolç (ou)	3	Lluç al forn	4	Piteres de pollastre al curry	2
amb amanida variada (lletuga, tomàtiga, blat de moro, pastanaga, remolatxa)	0	amb amanida verda (lletuga, tomàtiga, cogombre, olives)	0	amb arròs blanc	0
Fruita		logurt	2	Fruita	

Salsitxes fresques amb amanida

Bollit de pollastre amb verdures

Lluç a la planxa amb arròs blanc

10		11		12		13		14	
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	Mongetes pintes cuinades (patata, pastanaga, ceba, carabassa, mongetes verdes, col)	0	Burballes Mallorquines	1
Piteres de pollastre a la planxa	0	Filet de gallineta (peix blanc) a la planxa	4	Truita d'espínacs, all tendre, pèsols, carxofa (ous)	3	Llom metxat al forn	2	Mussola al forn	4
amb patates fregides	0	amb amanida verda (lletuga, tomàtiga, cogombre, olives)	0	amb amanida variada (lletuga, tomàtiga, blat de moro, pastanaga, remolatxa)	0	amb xampinyons i patata al forn	0	amb menestra de verdura (patata, pastanaga, mongetes verdes, pèsols)	0
Fruita		Fruita		Fruita		Fruita		logurt	2

Ous a la planxa amb pamboli

Pamboli amb pernil dolç i tomàtiga trempada

Nuggets de peix amb amanida

Truita de carabassó

Salmó a la planxa amb arròs blanc

17		18		19		20		21	
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	Ciurons cuinats (patata, pastanaga, ceba, carabassa, mongetes, col)	0
Filet de peix arrebossat (gallineta)	1,3, 4	Pollastre rostit	0	Tumbet de mussola al forn	4	Macarrons a la bolonyesa	1, 2	Truita de formatge (ou)	2, 3
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
Fruita		Fruita		Fruita		logurt	2	Fruita	

Piteres de pollastre amb verdures a la planxa

Lluç a la jardineria

Pizza casolana "prosciutto"

Hamburguesa de tonyina amb amanida

Ous amb tomàtiga

24		25		26		27		28	
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	Arroç brut	0
Escaldums de pollo	6	Bollit de verdures amb tonyina	4	San Jacobos al forn	1, 2	Truita de patata i ceba (ous)	3	Lluç al forn	4
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	amb amanida verda (lletuga, tomàtiga, cogombre, olives)	0
Fruita		Fruita		Fruita		Fruita		logurt	2

Truita francesa amb tomàtiga trempada

Pamboli amb formatge tendre

Calamar amb verdures i pa

Sopa

Tremp amb tonyina i pa

31	
Fideus de peix (amb brou de gerret i morralla)	1, 4, 5, 9
Salsitxa fresca al forn	0
amb amanida verda (lletuga, tomàtiga, cogombre, olives)	0
Fruita	

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: Apid 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 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