MAIG 2025

MARIA MAGDALENA BONNIN LLITERAS

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

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

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

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1	**2**
Primer plat:				**FESTIU**	Ensalada mixta amb tonyina (lletuga, tomàtiga, pastanaga, blat de moro) 4
Segon plat:					Macarrons amb salsa bolonyesa 1, 2
Guarnició:					
Postre:					Fruita
Sopars:					*Salmó a la planxa amb arroç blanc*
	5	**6**	**7**	**8**	**9**
Primer plat:	Sopa (amb brou de pollastre i verdura) 1	**Ciurons trempats** amb ou bollit (tomàtiga, pebre verd, ceba) 4	**Arròs de peix** (amb brou de gerret i morralla) 4, 5, 9	Llenties cuinades vegetarianes (patata, pastanaga, ceba, carabassa, mongetes verdes, col, colflori) 0	Crema de carabassa (patata, carabassa, ceba, porro) 1, 2
Segon plat:	Filet de lluç a la planxa 4	Pollastre rostit 0	Truita francesa (ous) 3	San Jacobos casolans al forn 1,2,3	**Tumbet de mussola** al forn 4
Guarnició:	amb amanida campera (patata, ceba, tomàtiga, prebe, olives) 0	amb patates al forn 0	amb amanida variada (lletuga, tomàtiga, blat de moro, pastanaga, remolatxa) 0	amb amanida verda (lletuga, tomàtiga, cogombre, olives) 0	amb patata, albergínia, carabassó, tomàtiga, prebe 0
Postre:	Fruita	Fruita	Fruita	Iogurt 2	Fruita
Sopars:	*Truita de carabassó*	*Calamar amb verdures i pa*	*Bollit de verdures i ou*	*Hamburguesa de tonyina amb amanida*	*Pamboli amb formatge tendre*
	12	**13**	**14**	**15**	**16**
Primer plat:	Amanida de ciurons (tomàtiga, ceba, prebe, olives, tonyina, ou bollit) 3, 4	Sopa reina (sèmola d'arròs amb brou de pollastre amb ou bollit) 3	Macarrons amb xampinyons i salsa de tomàtiga 1, 2	Crema de verdures (patata, carabassa, pastanaga, espinacs, ceba, porro) 2	Mongetes pintes cuinades (patata, pastanaga, ceba, carabassa, mongetes verdes, col) 0
Segon plat:	Pollastre a la jardinera 0	Truita de carabassó (ous) 2, 3	Mussola a la planxa 4	Braç de carn picada 3	Filet de gallineta (peix blanc) arrebossat casolà al forn 1, 3, 4
Guarnició:	amb patata, pastanaga i pèsols 0	amb amanida variada (lletuga, tomàtiga, blat de moro, pastanaga, remolatxa) 0	amb amanida verda (lletuga, tomàtiga, cogombre, olives) 0	amb puré de patata i pastanaga baby 1,2	amb amanida verda (lletuga, tomàtiga, cogombre, olives) 0
Postre:	Fruita	Fruita	Fruita	Fruita	Iogurt 2
Sopars:	*Sopa*	*Lluç al forn amb patata i verdura*	*Pepito de pollastre*	*Trempó amb tonyina i pa*	*Pamboli amb pernil salat*
	19	**20**	**21**	**22**	**23**
Primer plat:	Arròs blanc amb salsa de tomàtiga 0	Sopa d'estrelles amb brou de pollastre i verdura 1	Llenties cuinades vegetarianes (patata, pastanaga, ceba, carabassa, mongetes verdes, col, colflori) 0	Ou potxat amb samfaina de verdures 3	Crema de xampinyons (patata, ceba, porro, xampinyons) 2
Segon plat:	Salsitxa fresca al forn 0	**Lluç a la Mallorquina** 4, 6	Truita de patata i ceba (ous) 3	Pollastre al forn 0	Pizza casolana de tonyina 1, 2, 4
Guarnició:	amb amanida variada (lletuga, tomàtiga, blat de moro, pastanaga, remolatxa) 0	amb patates, espinacs, bledes, grells, pèsols 0	amb amanida variada (lletuga, tomàtiga, blat de moro, pastanaga, remolatxa) 0	amb patates al forn 0	amb amanida verda (lletuga, tomàtiga, cogombre, olives) 0
Postre:	Fruita	Fruita	Fruita	Iogurt 2	Fruita
Sopars:	*Ensalada de tonyina amb pa*	*Puré de verdures i pollastre*	*Lluç a la planxa amb arroç blanc*	*Ous amb tomàtiga*	*Bollit de pollastre amb verdures*
	26	**27**	**28**	**29**	**30**
Primer plat:	Ciurons cuinats (patata, pastanaga, ceba, carabassa, mongetes, col) 0	**Fideus de peix** (amb brou de gerret i morralla) 1,4, 5, 9	Crema de pastanaga (pastanaga, patata, porro, ceba, tomàtiga) 2	Ensalada d'arròs (lletuga, tomàtiga, blat de moro, pastanaga, olives, tonyina) 1, 4	Mongetes blanques cuinades (patata, pastanaga, ceba, carabassa, mongetes verdes, col) 0
Segon plat:	Filet de gallineta (peix blanc) al forn 4	Truita de pernil dolç (ous) 3	Piteres de pollastre arrebossades casolanes al forn 1,3	Llom metxat 0	Mussola a la planxa 4
Guarnició:	amb amanida verda (lletuga, tomàtiga, cogombre, olives) 0	amb amanida variada (lletuga, tomàtiga, blat de moro, pastanaga, remolatxa) 0	amb patates fregides 0	amb xampinyons i puré de patata 1,2	amb amanida verda (lletuga, tomàtiga, cogombre, olives) 0
Postre:	Fruita	Fruita	Fruita	Fruita	Iogurt 2
Sopars:	*Pamboli amb pernil dolç i tomàtiga trempada*	*Nuggets de peix amb amanida*	*Piteres de pollastre amb verdures a la planxa*	*Ous a la planxa amb pamboli*	*Salsitxes fresques amb amanida*