

MARÇ 2026

MENÚ SENSE FRUCTOSA NI SORBITOL

DILLUNS

2 Bròquil amb patata gratinat

Maire enfarinada amb enciam i olives

logurt ecològic sense sucre

DIMARTS

3 Coliflor amb patata i oli d'oliva

Pit de pollastre a la planxa amb enciam i pipes

logurt ecològic sense sucre

DIMECRES

4 Lenties estofades amb carbassa i porro

Truita a la francesa amb enciam i cogombre

logurt ecològic sense sucre

DIJOUS

5 Crema de carbassa i porro amb oli d'oliva

Fideus a la cassola amb carn i peix

logurt ecològic sense sucre

DIVENDRES

6 Arròs saltat amb xampinyons

Llom de porc a la planxa amb enciam i olives

logurt ecològic sense sucre

9 Espaguetis amb alfàbrega, formatge i oli d'oliva

Lluç al forn amb enciam i pipes

logurt ecològic sense sucre

10 Lenties estofades amb carbassó i porro

Truita de patates amb enciam i cogombre

logurt ecològic sense sucre

11 Coliflor amb patata i oli d'oliva

Llom de porc arrebossat amb enciam i olives

logurt ecològic sense sucre

12 Arròs saltat amb espàrrecs

Pit de pollastre a la planxa amb enciam i pipes

logurt ecològic sense sucre

13 Crema de carbassó amb oli d'oliva

Lenties estofades amb carbassa i porro

logurt ecològic sense sucre

16 Espinacs amb patata i oli d'oliva

Espirals saltats amb tonyina i oli d'oliva

logurt ecològic sense sucre

17 Lenties estofades amb carbassó i porro

Salmó al forn amb crema d'espinacs

logurt ecològic sense sucre

18 Bròquil amb patata i oli d'oliva

Pernilets de pollastre a l'allet amb enciam i cogombre

logurt ecològic sense sucre

19 Arròs integral ECO amb xampinyons

Truita de formatge amb enciam i olives

logurt ecològic sense sucre

20 Crema de coliflor amb oli d'oliva

Llom de porc a la planxa amb enciam i pipes

logurt ecològic sense sucre

23 Bròquil amb patata i oli d'oliva

Lenties estofades amb carbassa i porro

logurt ecològic sense sucre

24 Macarrons saltats amb xampinyons

Pit de pollastre arrebossat amb enciam i olives

logurt ecològic sense sucre

25 Lenties estofades amb carbassa i porro

Truita de carbassó amb enciam i pipes

logurt ecològic sense sucre

26 Arròs amb herbes provençals

Pollastre al curri amb enciam i cogombre

logurt ecològic sense sucre

27 Puré de patates

Lluç al forn amb enciam i olives

logurt ecològic sense sucre

30 FESTIU

31 FESTIU

Els menús poden ser modificats sense previ avís, en funció de les necessitats. Prioritzem el consum de fruita i verdura de temporada i de proximitat. Fem servir oli d'oliva per cuinar i amanir. Menú supervisat per Laia Navarro (col·legiada CAT-000031), diplomada en Nutrició i Dietètica Humana.

