



## MENÚ ADAPTAT PER COLESTEROL

**MAIG 2019**

DILLUNS 29 ABRIL	DIMARTS 30 ABRIL	DIMECRES 1	DIJOURS 2	DIVENDRES 3
<p><b>CREMA DE CARABASSÓ</b> (patata, carabassó i ceba) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA</b> (enciam, tomàquet i blat de moro)</p> <p>*_*_*_*_*_*</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>LLENTIES ESTOFADES</b> (patata, pastanaga, tomàquet, pebrot i ceba) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM AMANIT</b> *_*_*_*_*_*</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>FESTA ESCOLAR</b></p>	<p><b>AMANIDA DE QUINOA I HORTALISSES</b> (enciam, quinoa, blat de moro, tomàquet i patata) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>GALL DINDI A LA PLANXA AMB TOMÀQUET</b> *_*_*_*_*_*</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>SOPA DE CEBA</b> (brou de verdures, ceba, pastanaga i ou) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>PEIX AL FORN AMB VERDURES I PATATES</b> *_*_*_*_*_*</p> <p><b>FRUITA</b></p>
DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOURS 9	DIVENDRES 10
<p><b>MACARRONS GRATINATS (sense formatge)</b> *_*_*_*_*_*</p> <p><b>QUESADILLA DE PERNIL DOLÇ I VERDURES AMB ENCIAM</b> *_*_*_*_*_*</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>CREMA DE VERDURES</b> (ceba, tomàquet, pastanaga, patata, carxofes, espàrrecs i xampinyons) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>CALAMARS "al ajillo" AMB PURÉ DE PATATES</b> *_*_*_*_*_*</p> <p><b>IOGURT</b></p>	<p><b>SOPA DE POLLASTRE</b> (brou de pollastre i verdures amb pasta alimentària) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>ESTOFAT DE VEDELLA AL FORN AMB POMA</b> (ceba, tomàquet i pebrot) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>ARRÒS AMB TOMÀQUET</b> *_*_*_*_*_*</p> <p><b>POLLASTRE SALTEJAT AMB VERDURES I SOJA</b> (ceba, tomàquet i pebrot) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>AMANIDA D'HORTALISSES I VEGETALS</b> (patata, enciam, blat de moro, tomàquet) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>GALL DINDI A LA PLANXA AMB AMANIDA</b> (enciam, tomàquet i blat de moro) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>FRUITA</b></p>
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOURS 16	DIVENDRES 17
<p><b>VERDURA BULLIDA</b> (patates, pèsols, mongeta verda i pastanaga) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>GALL DINDI A LA PLANXA AMB AMANIDA</b> (enciam, tomàquet i blat de moro) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>LLENTIES AMB ARRÒS</b> (pastanaga, tomàquet, ceba, pebrot i arròs) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>SALTEJAT D'ESPINACS AMB PERNIL</b> *_*_*_*_*_*</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>CREMA DE PASTANAGA</b> (patata, pastanaga i ceba) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB CEBA CONFITADA</b> *_*_*_*_*_*</p> <p><b>IOGURT</b></p>	<p><b>SOPA DE VERDURES</b> (brou de verdures amb verdures trinxades) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>POLLASTRE ROSTIT AL FORN AMB VERDURES</b> *_*_*_*_*_*</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>AMANIDA DE PASTA</b> (pasta, enciam, tomàquet, pinya i blat de moro) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>CALAMARS A LA PLANXA AMB PATATES</b> *_*_*_*_*_*</p> <p><b>FRUITA</b></p>
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOURS 23	DIVENDRES 24
<p><b>PASTÍS DE PATATA I CARN</b> (sofregit de pebrot, tomàquet, ceba i carn amb puré de patates) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>LLUÇ AMB Salsa VERDA</b> (fumet de peix, ceba i julivert) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>CREMA DE PÈSOLS</b> (pèsols i patates) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>GALL DINDI A LA PLANXA AMB PISTO</b> (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>AMANIDA D'ARRÒS TRES DELÍCIES</b> (arròs, tomàquet, blat de moro i pinya) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA</b> (enciam, tomàquet i blat de moro) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>IOGURT</b></p>	<p><b>VERDURES AL VAPOR</b> (patates, mongetes i pastanaga) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>HAMBURGUESA DE POLLASTRE AMB Salsa BARBACOA</b> *_*_*_*_*_*</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>FIDEUS A LA CASSOLA</b> (sofregit de ceba, tomàquet, all, pebrot i pollastre, brou de pollastre i pasta alimentària) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>FILET DE BACALLÀ A LA PLANXA AMB PATATES</b> *_*_*_*_*_*</p> <p><b>FRUITA</b></p>
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOURS 30	DIVENDRES 31
<p><b>CREMA DE CARABASSÓ</b> (patata, carabassó i ceba) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA</b> (enciam, tomàquet i blat de moro)</p> <p>*_*_*_*_*_*</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>LLENTIES ESTOFADES</b> (patata, pastanaga, tomàquet, pebrot i ceba) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM AMANIT</b> *_*_*_*_*_*</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>ARRÒS A LA CUBANA AMB OU</b> *_*_*_*_*_*</p> <p><b>PEIX AL FORN AMB VERDURES</b> (ceba, tomàquet, pastanaga) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>AMANIDA DE QUINOA I HORTALISSES</b> (enciam, quinoa, blat de moro, tomàquet i patata) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>GALL DINDI A LA PLANXA AMB TOMÀQUET</b> *_*_*_*_*_*</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>SOPA DE CEBA</b> (brou de verdures, ceba, pastanaga i ou) *_*_*_*_*_*</p> <p><b>PEIX AL FORN AMB VERDURES I PATATES</b> *_*_*_*_*_*</p> <p><b>FRUITA</b></p>



## MENÚ ADAPTAT PER COLESTEROL

**JUNY 2019**

DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
<b>MACARRONS GRATINATS</b> (sense formatge) *_*_*_*_* <b>QUESADILLA DE PERNIL DOLÇ I VERDURES AMB ENCIAM</b> *_*_*_*_* <b>FRUITA</b>	<b>CREMA DE VERDURES</b> (ceba, tomàquet, pastanaga, patata, carxofes, espàrrecs i xampinyons) *_*_*_*_* <b>CALAMARS "al ajillo" AMB PURÉ DE PATATES</b> *_*_*_*_* <b>IOGURT</b>	<b>SOPA DE POLLASTRE</b> (brou de pollastre i verdures amb pasta alimentària) *_*_*_*_* <b>ESTOFAT DE VEDELLA AL FORN AMB POMA</b> (ceba, tomàquet i pebrot) *_*_*_*_* <b>FRUITA</b>	<b>ARRÒS AMB TOMÀQUET</b> *_*_*_*_* <b>POLLASTRE SALTEJAT AMB VERDURES I SOJA</b> (ceba, tomàquet i pebrot) *_*_*_*_* <b>FRUITA</b>	<b>AMANIDA D'HORTALISSES I VEGETALS</b> (patata, enciam, blat de moro, tomàquet) *_*_*_*_* <b>GALL DINDI A LA PLANXA AMB AMANIDA</b> (enciam, tomàquet i blat de moro) *_*_*_*_* <b>FRUITA</b>
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
<b>FESTA ESCOLAR</b>	<b>LLENTIES AMB ARRÒS</b> (pastanaga, tomàquet, ceba, pebrot i arròs) *_*_*_*_* <b>SALTEJAT D'ESPINACS AMB PERNIL</b> *_*_*_*_* <b>FRUITA</b>	<b>CREMA DE PASTANAGA</b> (patata, pastanaga i ceba) *_*_*_*_* <b>HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB CEBA CONFITADA</b> *_*_*_*_* <b>IOGURT</b>	<b>SOPA DE VERDURES</b> (brou de verdures amb verdures trinxades) *_*_*_*_* <b>POLLASTRE ROSTIT AL FORN AMB VERDURES</b> *_*_*_*_* <b>FRUITA</b>	<b>AMANIDA DE PASTA</b> (pasta, enciam, tomàquet, pinya i blat de moro) *_*_*_*_* <b>CALAMARS A LA PLANXA AMB PATATES</b> *_*_*_*_* <b>FRUITA</b>
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
<b>PASTÍS DE PATATA I CARN</b> (sofregit de pebrot, tomàquet, ceba i carn amb puré de patates) *_*_*_*_* <b>LLUÇ AMB SALSÀ VERDA</b> (fumet de peix, ceba i julivert) *_*_*_*_* <b>FRUITA</b>	<b>CREMA DE PÈSOLS</b> (pèsols i patates) *_*_*_*_* <b>GALL DINDI A LA PLANXA AMB PISTO</b> (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) *_*_*_*_* <b>FRUITA</b>	<b>AMANIDA D'ARRÒS TRES DELÍCIES</b> (arròs, tomàquet, blat de moro i pinya) *_*_*_*_* <b>PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA</b> (enciam, tomàquet i blat de moro) *_*_*_*_* <b>IOGURT</b>	<b>VERDURES AL VAPOR</b> (patates, mongetes i pastanaga) *_*_*_*_* <b>HAMBURGUESA DE POLLASTRE AMB SALSÀ BARBACOA</b> *_*_*_*_* <b>FRUITA</b>	<b>FIDEUS A LA CASSOLA</b> (sofregit de ceba, tomàquet, all, pebrot i pollastre, brou de pollastre i pasta alimentària) *_*_*_*_* <b>FILET DE BACALLÀ A LA PLANXA AMB PATATES</b> *_*_*_*_* <b>FRUITA</b>
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
<b>VACANCES D'ESTIU</b>	<b>VACANCES D'ESTIU</b>	<b>VACANCES D'ESTIU</b>	<b>VACANCES D'ESTIU</b>	<b>VACANCES D'ESTIU</b>

**BON ESTIU!!!!**