

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1	2	3
	SOPA DE MERAVELLA	ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA	VERDURA TRES COLORS (MONGETA, PASTANAGA I PATATA)	CIGRONS GUISATS AMB VERDURES (PASTANAGA, TOMÀQUET I PEBROT VERMELL)
	PERNILETS DE POLLASTRE A L'ALLADA AMB PATATES XIPS	FILET DE LIMANDA AL FORN AMB CEBA I PASTANAGA	HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I ESPÀRRECS	TRUITA DE PATATA I CEBA AMB ENCIAM I BROTS DE SOJA
	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL
7	8	9	10	11
ARRÒS AMB PÈSOLS, TOMÀQUET I XAMPINYONS	SOPA DE BROU AMB PASTA	LLENTIES AMB ARRÒS	COL-I-FLOR AMB BEIXAMEL I PATATES	MACARRONS A L'ANGLESA (TOMÀQUET I FORMATGE RATLLAT)
POLLASTRE ROSTIT AMB POMA	MANDONGUILES DE VEDELLA A LA JARDINERA AMB PÈSOLS, PASTANAGA I XAMPINYONS	CROQUETES D'ESPINACS AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I SOIA	FILET D'ABADEJO ARREBOSSAT AMB ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT DE COOPERATIVA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT
14	15	16	17	18
SOPA MINISTRONE (AMB VERDURETES) I FIDEUS	ARRÒS A LA CASSOLA AMB CALAMAR I COSTELLA	PANATXÉ DE VERDURES	ESPAGUETIS AMB OLI D'OLIVA, FORMATGE RATLLAT I ORENGA	CREMA DE LLEGUM I VERDURES (PÈSOLS, CARBASSÓ, PATATA, CEBA I PASTANAGA)
BOTIFARRA DE PORC AL FORN AMB PATATES FREGIDES	FILET DE LLUÇ ARREBOSSAT AMB ENCIAM I OLIVES	CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB TOMÀQUET A LA PROVENÇAL	TILÀPIA AL FORN AMB ENCIAM I COGOMBRE	CANELONS DE TONYINA
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	NATILLA
21	22	23	24	25

SETMANA

SANTA

28	29	30	31	
MACARRONS NAPOLITANA	SOPA DE PISTONS	MONGETES TENDRES AMB PATATES I PASTANAGA		
DILLUNS DE PÀSQUA	VARETES DE LLUÇ AMB AMANIDA	SALSITXES AL FORN AMB PATATES DAU	FILET DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM I ESPÀRRECS	
	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT DE COOPERATIVA	

Els nostres menús inclouen tots els dies PA i la beguda serà AIGUA

Menú assessorat per Ada Parellada





La Recepta de l'Ada Parellada: Espaguetis amb cigrons i carbassó



Ingredients (per a 4 persones)

250 g d'espaguetis
250 g de cigrons cuits
2 carbassons
200 g de salsa de tomàquet

Orenga
Formatge ratllat
Opcional: daus de tomàquet fresc
o uns tomàquets xerri

Descripció

En una paella, coem els carbassons tallats a dauets, amb un raig d'oli i un pessic de sal. Quan sigui fets, afegim els cigrons, donem un parell de voltes i ho cobrim amb salsa de tomàquet. Bullim els espaguetis en abundant aigua amb sal. Els escorrem i els afegim als carbassons amb cigrons i salsa de tomàquet. Donem un parell de voltes, per integrar tots els ingredients, acabem amb orenga i formatge ratllat. Si en tenim, afegim uns daus de tomàquet fresc o uns tomàquets xerri.