



## MAIG 2022 Sense LACTOSA

### Pel maig els caragols a raig



DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
ARRÓS AMB VERDURES (CARBASSÓ, PÈSOL, MONGETA TENDRA)	MONGETA TENDRA AMB PATATA	BARREJA D'ENCIAM I TOMÀQUET	AMANIDA MURCIANA (PATATATES, OLIVES, ENCIAM I TOMÀQUET)	EMPEDRAT (MONGETES BLANQUES, PEBROT VERD, TONYINA)
OUS DURS AMB TOMÀQUET, ENCIAM I OLIVES	CIGRONS AMB COMÍ	FIDEUS A LA CASSOLA	POLLASTRE ROSTIT AMB POMA, ENCIAM I BLAT DE MORO	BACALLÀ AL FORN AMB ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE SOJA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
AMANIDA DE LLENTIES (TOMÀQUET, OLIVES I BLAT DE MORO)	BLEDES AMB PATATES	ENCIAM AMB PASTANAGA I TOMÀQUET	ESPAGUETI INTEGRAL SALS DE TOMÀQUET	GASPATXO AMB CROSTONS O AMANIDA
TRUITA DE PATATES AMB ENCIAM I TOMÀQUET	POLLASTRE A L'ALLET AMB ENCIAM I OLIVES	PAELLA DE PEIX (PEIX, MUSCLOS, CALAMAR)	PEIX FRESC AL FORN AMB VERDURES AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	CUS CUS AMB VERDURES, CIGRONS I FRUITS SECS
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE SOJA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
AMANIDA DE PASTA (ESPIRALS, TOMÀQUET, OLIVES I TONYINA)	PÈSOLS SALTATS AMB PATATA, PERNIL I CEBA	ENCIAM, TOMÀQUET XERRY I PIPES	BRÒQUIL AMB PATATA SALTAT AMB OLI D'ALLS	VICHYSOISE (CREMA FREDA DE PORROS I PATATES)
BACALLÀ AL FORN AMB VERDURES	TRUITA A LA FRANCESA	ARRÓS ECO INTEGRAL AMB MANDONGUILLES DE VEDELLA I PORC A LA JARDINERA (PATATA, PÈSOLS, PASTANAGA, MONGETA TENDRA)	GUISAT DE CIGRONS AMB ESPINACS I OU DUR	PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB PATATES FREGIDES
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE SOJA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
AMANIDA D'ARRÓS (ESPIRALS, TOMÀQUET, OLIVES I OU DUR)	LLESQUES DE PATATA, CEBA, I TOMÀQUET AL FORN	ENCIAM AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO	AMANIDA DE CIGRONS (TOMÀQUET, BLAT DE MORO, OLIVES, CIGRONS)	MONGETA TENDRA AMB PATATA
BACALLÀ ARREBOSSAT* I ENCIAM AMB BLAT DE MORO, TOMÀQUET I COGOMBRE	LLENTIES ECO ESTOFADES (CEBA, PORRO, TOMÀQUET I PASTANAGA)	FIDEUÀ (CALDO DE PEIX, MUSCLOS, CLOÏSSES, CALAMAR)	TRUITA DE PERNIL AMB ENCIAM I PASTANAGA	ESCALOPA DE POLLASTRE* AMB ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE SOJA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 30	DIMARTS 31	DIMECRES 31	DIJOUS 31	DIVENDRES 31
CREMA DE VERDURES	TABULÉ DE CUS CUS (CEBA I TOMÀQUET)	ENCIAM AMB TOMÀQUET, COGOMBRE I FRUITS SECS	AMANIDA DE LLENTIES (TOMÀQUET, OLIVES I BLAT DE MORO)	AMANIDA RUSA
ESPIRALS AMB BOLONYESA VEGETAL	PEIX FRESC AMB ENCIAM I PASTANAGA	ARRÓS ECO INTEGRAL AMB FRICANDÓ (RODÓ DE VADELLA TOMÀQUET, CEBA, PORRO I PASTANAGA)	TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ AMB ENCIAM I OLIVES	POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE SOJA	FRUITA	FRUITA

Fruita del mes: poma, pera, platà, taronja, maduixa i préssec

PA INTEGRAL

\*SENSE LLET