

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Diplomada en Nutrición Humana y Dietética  
Cristina López Hernández  
Nº de Colegiada:   
CAT000304

01

**SETMANA SANTA**

02

**FESTIU**

05

**FESTIU**

06

Fideuà de verdures i pèsols amb all i oli  
(sense lactosa)  
Bacallà al forn amb samfaina d'albergínia  
Fruita del temps ECO + Pa blanc/integral

07

Crema de cigrons amb crostons  
Truita francesa amb mezclum, tomàquet  
cherry i pastanaga  
Fruita del temps + Pa blanc/integral

08

Arròs cinc delícies (blat de moro, pèsols,  
pastanaga, olives i brots de soja)  
Filet de pollastre a la planxa amb amanida  
d'enciam, tomàquet i pebrot vermell  
logurt de soja + Pa blanc/integral

09

Mongeta verda, pastanaga i patata  
Llenties ECO amb arròs i verdures  
Fruita del temps + Pa blanc/integral

12

Arròs amb salsa de tomàquet  
Salmó a la planxa amb amanida d'enciam,  
pastanaga i blat de moro  
Fruita del temps + Pa blanc/integral

13

Macarrons integrals gratinats amb beixamel  
(sense lactosa)  
Filet de pollastre al forn amb amanida  
d'enciam, blat de moro i olives  
Fruita del temps ECO + Pa blanc/integral

14

Sopa d'au amb cigrons  
Truita de patata i ceba amb amanida  
d'enciam, tomàquet i blat de moro  
Fruita del temps + Pa blanc/integral

15

Crema natural de verdures  
Botifarra de proximitat (sense lactosa) amb  
quinoa saltejada amb all i julivert  
logurt de soja + Pa blanc/integral

16

Minestra saltejada  
Amanida de llenties ECO, arròs, pastanaga,  
tomàquet i olives  
Fruita del temps + Pa blanc/integral

19

Paella de verdures  
Pit de gall dindi a la planxa amb all i julivert  
amb amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita del temps + Pa blanc/integral

20

Patates amb all i oli (sense lactosa)  
Truita francesa amb amanida de pastanaga  
i formatge (sense lactosa)  
Fruita del temps ECO + Pa blanc/integral

21

Pèsols saltejats amb patata  
Croquetes de carn d'olla (sense lactosa) i  
amanida d'enciam, ceba i brots  
Fruita del temps + Pa blanc/integral

22

Espirals amb salsa pesto (sense lactosa)  
Lluç al forn a la planxa amb amanida de  
tomàquet  
logurt de soja + Pa blanc/integral

23

Crema natural de verdures  
Cigrons saltejats amb cus cús i verdures  
Fruita del temps + Pa blanc/integral

26

Mongeta verda, patata i pastanaga al vapor i  
oli d'all  
Pernilets de pollastre amb salsa i xampinyons  
amb amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita del temps + Pa blanc/integral

27

Sopa de peix amb tapioca  
Mongetes seques saltejades amb ceba i  
pastanaga  
Fruita del temps ECO + Pa blanc/integral

28

Vichyssoise natural ECO  
Espaguetis integrals a la carbonara (sense  
lactosa)  
Fruita del temps + Pa blanc/integral

29

Cigrons saltejats amb patata dau, ceba, all i  
julivert  
Truita francesa amb formatge (sense lactosa)  
i amanida d'enciam, olives i brots  
logurt de soja + Pa blanc/integral

30

Arròs amb verdures  
Cua de rap a la biscaïna amb bastonets de  
pastanaga  
Fruita del temps + Pa blanc/integral