

SENSE PROTEÏNA DE LLET DE VACA

April

DEL 1 AL 5
D'ABRIL

DEL 8 AL 12
D'ABRIL

DEL 15 AL 19
D'ABRIL

DEL 22 AL 26
D'ABRIL

DEL 29 AL 30
D'ABRIL

DILLUNS

SETMANA SANTA

CREMA DE PORROS
(amb beguda vegetal)

TRUITA DE PATATES
amb tomàquet i olives

Fruita del temps

ARRÒS A LA MILANESA
(ceba, tomàquet i pèsols)

*PEIX AMB SALS
VERDA AL FORN

Fruita del temps

COLIFLOR AMB PATATA

TRUITA DE *PERNIL
DOLÇ amb enciam i
pastanaga

Fruita del temps

PASTA A LA
NAPOLITANA
(s/formatge)

TRUITA DE CARBASSÓ
amb tomàquet i olives

Fruita del temps

DIMARTS

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

TRUITA A LA
FRANCESA amb
enciam i remolatxa

Fruita del temps

SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB PASTA

POLLASTRE ROSTIT
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

TASTET:
CRISPETES DE CIGRÓ
CREMA DE CARBASSÓ I
PORRO

GALL DINDI
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb tomàquet i olives

Fruita del temps

MENÚ LITERARI DE
SANT JORDI
SOPA DE BROU D'AU
AMB LLETRES

LLIBRETS DE LLOM
(s/formatge) amb
amanida

*GELATINA ROSA /
iogurt VEGETAL

LLENTIES ESTOFADES
AMB MILL

POLLASTRE AL FORN
amb enciam i pastanaga
ratllada

Fruita del temps

DIMECRES

CREMA DE
MONGETES
BLANQUES AMB
CARBASSA

GALL DINDI AMB
SALSA XIRIVIA I
PASTANAGA

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

*MANDONGUILLES
MIXTES CASSOLANES
amb salsa de tomàquet

Fruita del temps

LLENTIES A LA
RIOJANA (*CARN)

TRUITA A LA
FRANCESA
Amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

PLAT ÚNIC COMPLET

MACARRONS
BOLONYESA DE
POLLASTRE (s/formatge)
(tomàquet, ceba i
pollastre) amb enciam i
olives

Fruita del temps

DIJOUS

FIDEUS A LA
CASSOLA AMB
VERDURES

*PEIX AL FORN amb
enciam i olives

iogurt VEGETAL

ARRÒS AMB VERDURES

*PEIX AL FORN amb
enciam i pastanaga
ratllada

iogurt VEGETAL

MONGETA TENDRA
AMB PATATA

BUNYOLS DE BACALLÀ
CASOLANS (S/LÀCTICS)
amb enciam i olives

iogurt VEGETAL

ARRÒS 3 DELÍCIES
(pèsols, pastanaga, ou)

*PEIX AL FORN amb
tomàquet amanit i olives

Fruita del temps

DIVENDRES

PLAT ÚNIC COMPLET

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES I
ARRÒS

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURES

GALL DINDI A LA
LLIMONA amb patata al
caliu

Fruita del temps

PASTA AMB
TOMÀQUET
(s/formatge)

POLLASTRE AL FORN
amb tomàquet amanit

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS AMB
ESPINACS

GALL DINDI AL FORN
amb salsa de poma

Fruita del temps

Les fruites són de temporada i proximitat: **Mandarina, taronja, maduixa, poma, pera, plàtan, kiwi**

Els vegetals, verdures i hortalisses són de temporada i proximitat: **All, ceba, porro, espinacs, bledes, enciam, pastanaga, api, col, col-i-flor, bròquil, xirivia, rave, remolatxa, nap, carbassa**

Els aliments ecològics que utilitzem en els nostres menús són: 100% les llegums, l'arròs i la pasta. El dimecres es servirà pa integral, exclusivament.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat..

Els divendres es serveix **iogurt d'origen VEGETAL**.

*Els peixos a servir són: **carboner, gallineta, gall de Sant Pere, Maire, Lluç, Llmanda, calamar, canana, potón,**

Es comprovarà que cap ingredient contingui: **proteïna de llet de vaca**



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure
de proximitat