



1	ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS I GAMBETES	2	MONGETES TENDRES AMB PATATES AL VAPOR	3	TALLARINES A L'ANGLESA (TOMÀQUET I FORMATGE RATLLAT)	4	CIGRONS BULLITS AMB PATATES	5	CREMA DE LLEGUM I VERDURES (PÈSOL, PASTANAGA, PATATA, MONGETA VERDA, CEBA I CARBASSÓ) AMB ROSTES
	ROMBES DE LLUÇ ARREBOSSADES AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO		ESTOFAT DE GALL DINDI AMB VERDURES		TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA		HAMBURGUESA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES		FILET DE LIMANDA AL FORN AMB CEBA I PATATA
	IOGURT NATURAL		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT DE COOPERATIVA D'OLOT		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA
8	LLENTIES GUISADES AMB VERDURES (PATATA, CEBA I CARBASSA)	9	ESPAGUETIS A LA CARBONARA AMB CREMA DE LLET I BACÓ	10	SOPA D'AU AMB PASTA	11	MINISTRA DE VERDURA BULLIDA (MONGETA TENDRA, PATATA, PASTANAGA I PÈSOL)	12	ARRÒS A LA CUBANA AMB SALS DE TOMÀQUET I MIG OU DUR
	TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES NEGRES		FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET		CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIDES AMB PATATES DAU		MANDONGUILLES DE VEDELLA I PORC GUISADES AMB SALS DE TOMÀQUET		CROQUETES DE BACALLÀ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
	FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA EN ALMÍVAR		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FLAM DE VAINILLA
15		16		17		18		19	

VACANCES

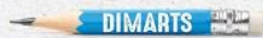
SETMANA

SANTA

22	MACARRONS A L'ANGLESA (TOMÀQUET I FORMATGE RATLLAT)	23	CREMA DE PASTANAGA I CARBASSA AMB ROSTES	24	ARRÒS TRES DELÍCIES AMB PÈSOLS, PASTANAGA I GAMBETES	25	SOPA D'AU AMB PASTA
	LLIBRET DE GALL DINDI I POLLASTRE AMB FORMATGE I AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA		FILET DE LIMANDA AL FORN AMB CEBA I PATATA		CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES		BOTIFARRA DE PORC A LA PLANXA AMB MONGETES SEQUES
	POSTRES DE SANT JORDI		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT DE COOPERATIVA D'OLOT		FRUITA DE TEMPORADA
29	ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA	30	ESTOFAT DE PATATES AMB SÍPIA				
	ESCALOPA D'AU ARREBOSSADA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO		TRUITA FRANCESA AMB TALL DE FORMATGE I AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES				
	IOGURT NATURAL		FRUITA DE TEMPORADA				

FESTIU





ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS I GAMBETES	MONGETES TENDRES AMB PATATES AL VAPOR	TALLARINES SENSE GLUTEN AMB TOMÀQUET	CIGRONS BULLITS AMB PATATES	CREMA DE LLEGUM I VERDURES (PÈSOL, PASTANAGA, PATATA, MONGETA VERDA, CEBA I CARBASSÓ)
FILET DE LLUÇ A LA PLANXA	ESTOFAT DE GALL DINDI AMB VERDURES	TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA	CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA PLANXA	FILET DE LIMANDA AL FORN AMB CEBA I PATATA
IOGURT NATURAL	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT DE COOPERATIVA D'OLOT	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
LLENTIES GUISADES AMB VERDURES (PATATA, CEBA I CARBASSA)	ESPAGUETIS SENSE GLUTEN AMB TOMÀQUET	SOPA D'AU AMB PASTA SENSE GLUTEN	MINESTRA DE VERDURA BULLIDA (MONGETA TENDRA, PATATA, PASTANAGA I PÈSOL)	ARRÒS A LA CUBANA AMB SALS DE TOMÀQUET I MIG OU DUR
TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES NEGRES	FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET	CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIDES AMB PATATES DAU	MANDONGUILLES DE VEDELLA I PORC GUISADES AMB SALS DE TOMÀQUET	BACALLÀ AL FORN
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA EN ALMÍVAR	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FLAM DE VAINILLA

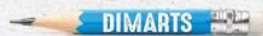
VACANCES

SETMANA

SANTA

MACARRONS SENSE GLUTEN A L'ANGLESA (TOMÀQUET I FORMATGE RATLLAT)	CREMA DE PASTANAGA I CARBASSA	ARRÒS TRES DELÍCIES AMB PÈSOLS, PASTANAGA I GAMBETES	SOPA D'AU AMB PASTA SENSE GLUTEN
GALL DINDÍ A LA PLANXA	FILET DE LIMANDA AL FORN AMB CEBA I PATATA	CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES	BOTIFARRA DE PORC A LA PLANXA AMB MONGETES SEQUES
POSTRES DE SANT JORDI	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT DE COOPERATIVA D'OLOT	FRUITA DE TEMPORADA
ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA	ESTOFATS DE PATATES AMB SÍPIA		
POLLASTRE A LA PLANXA	TRUITA FRANCESA AMB TALL DE FORMATGE I AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES		
IOGURT NATURAL	FRUITA DE TEMPORADA		





ARRÓS BLANC AMB XAMPINYONS I GAMBETES	1	MONGETES TENDRES AMB PATATES AL VAPOR	2	TALLARINES AMB TOMÀQUET	3	CIGRONS BULLITS AMB PATATES	5	CREMA DE LLEGUM I VERDURES (PÈSOL, PASTANAGA, PATATA, MONGETA VERDA, CEBA I CARBASSÓ)	5
FILET DE LLUÇ A LA PLANXA		ESTOFAT DE GALL DINDI AMB VERDURES		TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA		HAMBURGUESA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES		FILET DE LIMANDA AL FORN AMB CEBA I PATATA	
IOGURT DE SOIA		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT DE SOIA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
8		8		9		10		11	
LLENTIES GUISADES AMB VERDURES (PATATA, CEBA I CARBASSA)		ESPAGUETIS AMB OLI I ORÈNGA		SOPA D'AU AMB PASTA		MINESTRA DE VERDURA BULLIDA (MONGETA TENDRA, PATATA, PASTANAGA I PÈSOL)		ARRÓS A LA CUBANA AMB Salsa DE TOMÀQUET I MIG OU DUR	
TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES NEGRES		FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET		CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIDES AMB PATATES DAU		MANDONGUILLES DE VEDELLA I PORC GUISADES AMB Salsa DE TOMÀQUET		BACALLÀ AL FORN	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA EN ALMÍVAR		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT DE SOIA	
15		15		16		17		18	

VACANCES

SETMANA

SANTA

	22	MACARRONS AMB TOMÀQUET	23	CREMA DE PASTANAGA I CARBASSA	24	ARRÓS TRES DELÍCIES AMB PÈSOLS, PASTANAGA I GAMBETES	25	SOPA D'AU AMB PASTA	26
FESTIU		GALL DINDI A LA PLANXA		FILET DE LIMANDA AL FORN AMB CEBA I PATATA		CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES		BOTIFARRA DE PORC A LA PLANXA AMB MONGETES SEQUES	
		POSTRES DE SANT JORDI		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT DE SOIA		FRUITA DE TEMPORADA	
	29	29		30					
ARRÓS BLANC AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA		ESTOFATS DE PATATES AMB SÍPIA							
ESCALOPA D'AU ARREBOSSADA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO		TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES							
IOGURT DE SOIA		FRUITA DE TEMPORADA							





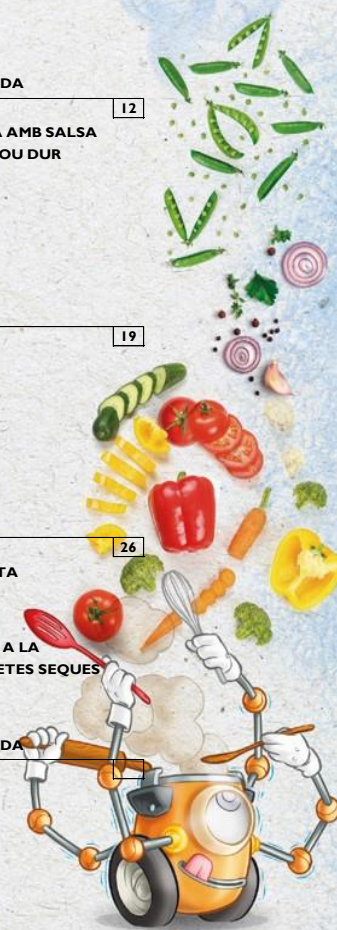
ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS	1	MONGETES TENDRES AMB PATATES AL VAPOR	2	TALLARINES A L'ANGLESA (TOMÀQUET I FORMATGE RATLLAT)	3	CIGRONS BULLITS AMB PATATES	5	CREMA DE LLEGUM I VERDURES (PÈSOL, PASTANAGA, PATATA, MONGETA VERDA, CEBA I CARBASSÓ) AMB ROSTES LLOM AMB CEBA I PATATA	5
CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA PLANXA		ESTOFAT DE GALL DINDI AMB VERDURES		TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA		HAMBURGUESA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES			
IOGURT NATURAL		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT DE COOPERATIVA D'OLOT		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
8		8		9		10		11	
LLENTIES GUISADES AMB VERDURES (PATATA, CEBA I CARBASSA)		ESPAGUETIS A LA CARBONARA AMB CREMA DE LLET I BACÓ		SOPA D'AU AMB PASTA		MINESTRA DE VERDURA BULLIDA (MONGETA TENDRA, PATATA, PASTANAGA I PÈSOL)		ARRÒS A LA CUBANA AMB SALSA DE TOMÀQUET I MIG OU DUR	12
TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES NEGRES		GALL DINDI A LA PLANXA		CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIDES AMB PATATES DAU		MANDONGUILLES DE VEDELLA I PORC GUISADES AMB SALSA DE TOMÀQUET		LLOM A LA PLANXA	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA EN ALMÍVAR		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FLAM DE VAINILLA	
15		16		17		18		19	

VACANCES

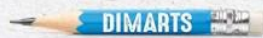
SETMANA

SANTA

	22	23	24	25	26
	MACARRONS A L'ANGLESA (TOMÀQUET I FORMATGE RATLLAT)	CREMA DE PASTANAGA I CARBASSA AMB ROSTES	ARRÒS AMB PÈSOLS I PASTANAGA	SOPA D'AU AMB PASTA	
FESTIU	LLIBRET DE GALL DINDI I POLLASTRE AMB FORMATGE I AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA	LLOM AMB CEBA I PATATA	CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES	BOTIFARRA DE PORC A LA PLANXA AMB MONGETES SEQUES	
	POSTRES DE SANT JORDI	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT DE COOPERATIVA D'OLOT	FRUITA DE TEMPORADA	
29		30			
ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA	PATATA I PÈSOLS				
ESCALOPA D'AU ARREBOSSADA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	TRUITA FRANCESA AMB TALL DE FORMATGE I AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES				
IOGURT NATURAL	FRUITA DE TEMPORADA				



NO OU



ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS I GAMBETES	1	MONGETES TENDRES AMB PATATES AL VAPOR	2	TALLARINES SENSE OU AMB TOMÀQUET	3	CIGRONS BULLITS AMB PATATES	5	CREMA DE LLEGUM I VERDURES (PÈSOL, PASTANAGA, PATATA, MONGETA VERDA, CEBA I CARBASSÓ)	5
FILET DE LLUÇ A LA PLANXA		ESTOFAT DE GALL DINDI AMB VERDURES		LLOM A LA PLANXA		HAMBURGUESA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES		FILET DE LIMANDA AL FORN AMB CEBA I PATATA	
IOGURT NATURAL		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT DE COOPERATIVA D'OLOT		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
8		8		9		10		11	
LLENTIES GUISADES AMB VERDURES (PATATA, CEBA I CARBASSA)		ESPAGUETIS SENSE OU AMB TOMÀQUET		SOPA D'AU AMB PASTA SENSE OU		MINISTRA DE VERDURA BULLIDA (MONGETA TENDRA, PATATA, PASTANAGA I PÈSOL)		ARRÒS AMB Salsa DE TOMÀQUET	
POLLASTRE A LA PLANXA		FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET		CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIDES AMB PATATES DAU		MANDONGUILLES DE VEDELLA I PORC GUISADES AMB Salsa DE TOMÀQUET		BACALLÀ AL FORN	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA EN ALMÍVAR		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FLAM DE VAINILLA	
15		16		17		18		19	

VACANCES

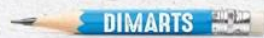
SETMANA

SANTA

	22	23	24	25	26
	MACARRONS SENSE OU AMB TOMÀQUET	CREMA DE PASTANAGA I CARBASSA	ARRÒS TRES DELÍCIES AMB PÈSOLS, PASTANAGA I GAMBETES	SOPA D'AU AMB PASTA SENSE OU	
FESTIU	GALL DINDI A LA PLANXA	FILET DE LIMANDA AL FORN AMB CEBA I PATATA	CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES	BOTIFARRA DE PORC A LA PLANXA AMB MONGETES SEQUES	
	29	30			
	ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA	ESTOFATS DE PATATES AMB SÍPIA			
	ESCALOPA D'AU ARREBOSSADA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	GALL DINDI A LA PLANXA			
	IOGURT NATURAL	FRUITA DE TEMPORADA			



NO OU, LACTOSA, FRUITS SECS, GLUTEN NI MARISC



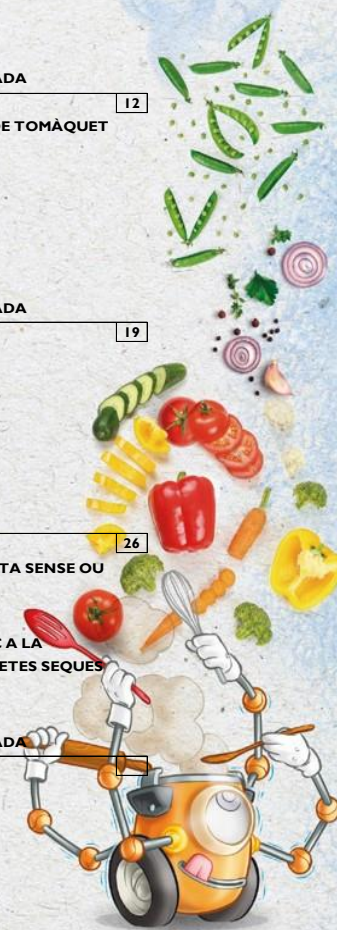
ARRÓS BLANC AMB XAMPINYONS	1	MONGETES TENDRES AMB PATATES AL VAPOR	2	TALLARINES SENSE OU NI GLUTEN AMB TOMÀQUET	3	CIGRONS BULLITS AMB PATATES	5	CREMA DE LLEGUM I VERDURES (PÈSOL, PASTANAGA, PATATA, MONGETA VERDA, CEBA I CARBASSÓ)	5
FILET DE LLUÇ A LA PLANXA		ESTOFAT DE GALL DINDI AMB VERDURES		LLOM A LA PLANXA		CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA PLANXA		FILET DE LIMANDA AL FORN AMB CEBA I PATATA	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
8		9		10		11		12	
LLENTIES GUISADES AMB VERDURES (PATATA, CEBA I CARBASSA)		ESPAGUETIS SENSE OU NI GLUTEN AMB TOMÀQUET		SOPA D'AU AMB PASTA SENSE OU NI GLUTEN		MINISTRA DE VERDURA BULLIDA (MONGETA TENDRA, PATATA, PASTANAGA I PÈSOL)		ARRÓS AMB SALSA DE TOMÀQUET	
POLLASTRE A LA PLANXA		FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET		CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIDES AMB PATATES DAU		MANDONGUILLES DE VEDELLA I PORC GUISADES AMB SALSA DE TOMÀQUET		BACALLÀ AL FORN	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA EN ALMÍVAR		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
15		16		17		18		19	

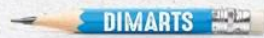
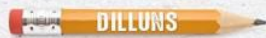
VACANCES

SETMANA

SANTA

	22	23	24	25	26
	MACARRONS SENSE OU NI GLUTEN AMB TOMÀQUET	CREMA DE PASTANAGA I CARBASSA	ARRÓS AMB PÈSOLS I PASTANAGA	SOPA D'AU AMB PASTA SENSE OU NI OU	
FESTIU	GALL DINDI A LA PLANXA	FILET DE LIMANDA AL FORN AMB CEBA I PATATA	CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM	BOTIFARRA DE PORC A LA PLANXA AMB MONGETES SEQUES	
	29	30			
	POSTRES DE SANT JORDI	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
ARRÓS BLANC AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA	PATATES I PÈSOLS				
POLLASTRE A LA PLANXA	GALL DINDI A LA PLANXA				
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA				





ARRÓS BLANC AMB XAMPINYONS I GAMBETES	1	MONGETES TENDRES AMB PATATES AL VAPOR	2	TALLARINES A L'ANGLESA (TOMÀQUET I FORMATGE RATLLAT)	3	CIGRONS BULLITS AMB PATATES	5	CREMA DE LLEGUM I VERDURES (PÈSOL, PASTANAGA, PATATA, MONGETA VERDA, CEBA I CARBASSÓ) AMB ROSTES	5
ROMBES DE LLUÇ ARREBOSSADES AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO		ESTOFAT DE GALL DINDI AMB VERDURES		TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA		HAMBURGUESA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES		FILET DE LIMANDA AL FORN AMB CEBA I PATATA	
IOGURT NATURAL		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT DE COOPERATIVA D'OLOT		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
8		8		9		10		11	
LLENTIES GUISADES AMB VERDURES (PATATA, CEBA I CARBASSA)		ESPAGUETIS AMB SALSA DE TOMÀQUET		SOPA D'AU AMB PASTA		MINISTRA DE VERDURA BULLIDA (MONGETA TENDRA, PATATA, PASTANAGA I PÈSOL)		ARRÓS A LA CUBANA AMB SALSA DE TOMÀQUET I MIG OU DUR	
TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES NEGRES		FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET		CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIDES AMB PATATES DAU		MANDONGUILLES DE PEIX GUISADES AMB SALSA DE TOMÀQUET		CROQUETES DE BACALLÀ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA EN ALMÍVAR		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FLAM DE VAINILLA	
15		15		16		17		18	

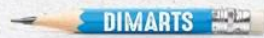
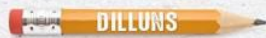
VACANCES

SETMANA

SANTA

	22	22		23		24		25		26
		MACARRONS A L'ANGLESA (TOMÀQUET I FORMATGE RATLLAT)		CREMA DE PASTANAGA I CARBASSA AMB ROSTES		ARRÓS TRES DELÍCIES AMB PÈSOLS, PASTANAGA I GAMBETES		SOPA D'AU AMB PASTA		
FESTIU		LLIBRET DE GALL DINDI I POLLASTRE AMB FORMATGE I AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA		FILET DE LIMANDA AL FORN AMB CEBA I PATATA		CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES		SALSITXES DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB MONGETES SEQUES		
		POSTRES DE SANT JORDI		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT DE COOPERATIVA D'OLOT		FRUITA DE TEMPORADA		
	29	29		30						
		ARRÓS BLANC AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA		ESTOFATS DE PATATES AMB SÍPIA						
		ESCALOPA D'AU ARREBOSSADA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO		TRUITA FRANCESA AMB TALL DE FORMATGE I AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES						
		IOGURT NATURAL		FRUITA DE TEMPORADA						





1	ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS I GAMBETES	2	MONGETES TENDRES AMB PATATES AL VAPOR	3	TALLARINES A L'ANGLESA (TOMÀQUET I FORMATGE RATTLAT)	4	CIGRONS BULLITS AMB PATATES	5	CREMA DE LLEGUM I VERDURES (PÈSOL, PASTANAGA, PATATA, MONGETA VERDA, CEBA I CARBASSÓ) AMB ROSTES
	ROMBES DE PEIX ARREBOSSADES AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO		FILET DE LLUÇ AL FORN AMB VERDURES		TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA		HAMBURGUESA DE PEIX A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES		FILET DE LIMANDA AL FORN AMB CEBA I PATATA
	IOGURT NATURAL		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT DE COOPERATIVA D'OLOT		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA
8	LLENTIES GUISADES AMB VERDURES (PATATA, CEBA I CARBASSA)	9	ESPAGUETIS AMB SALSINA DE TOMÀQUET	10	SOPA VERDURES AMB PASTA	11	MINISTRA DE VERDURA BULLIDA (MONGETA TENDRA, PATATA, PASTANAGA I PÈSOL)	12	ARRÒS A LA CUBANA AMB SALSINA DE TOMÀQUET I MIG OU DUR
	TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES NEGRES		FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET		PEIX AL FORN AMB PATATES DAU		MANDONGUILLES DE PEIX GUISADES AMB SALSINA DE TOMÀQUET		CROQUETES DE BACALLÀ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
	FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA EN ALMÍVAR		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FLAM DE VAINILLA
15		16		17		18		19	

VACANCES

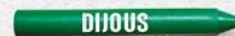
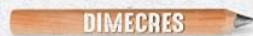
SETMANA

SANTA

22	MACARRONS A L'ANGLESA (TOMÀQUET I FORMATGE RATTLAT)	23	CREMA DE PASTANAGA I CARBASSA AMB ROSTES	24	ARRÒS TRES DELÍCIES AMB PÈSOLS, PASTANAGA I GAMBETES	25	SOPA DE VERDURES AMB PASTA
	ROMBES DE LLUÇ ARREBOSSADES AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA		FILET DE LIMANDA AL FORN AMB CEBA I PATATA		ROTLLETS DE PRIMAVERA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES		HAMBURGUESA DE PEIX AMB MONGETES SEQUES
	POSTRES DE SANT JORDI		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT DE COOPERATIVA D'OLOT		FRUITA DE TEMPORADA
29	ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA	30	ESTOFATS DE PATATES AMB SÍPIA				
	RODELLA DE LLUÇ ARREBOSSADA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO		TRUITA FRANCESA AMB TALL DE FORMATGE I AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES				
	IOGURT NATURAL		FRUITA DE TEMPORADA				

FESTIU





	1		2		3		5		5
ARRÓS BLANC AMB XAMPINYONS I GAMBETES	MONGETES TENDRES AMB PATATES AL VAPOR		TALLARINES A L'ANGLESA (TOMÀQUET I FORMATGE RATTLAT)		CIGRONS BULLITS AMB PATATES		CREMA DE LLEGUM I VERDURES (PÈSOL, PASTANAGA, PATATA, MONGETA VERDA, CEBA I CARBASSÓ) AMB ROSTES		FILET DE LIMANDA AL FORN AMB CEBA I PATATA
ROMBES DE LLUÇ ARREBOSSADES AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO	ESTOFAT DE GALL DINDI AMB VERDURES		TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA		HAMBURGUESA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA
IOGURT NATURAL	FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT DE COOPERATIVA D'OLOT		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA
	8		9		10		11		12
LLENTIES GUISADES AMB VERDURES (PATATA, CEBA I CARBASSA)	ESPAGUETIS A LA CARBONARA AMB CREMA DE LLET I BACÓ		SOPA D'AU AMB PASTA		MINISTRA DE VERDURA BULLIDA (MONGETA TENDRA, PATATA, PASTANAGA I PÈSOL)		ARRÓS A LA CUBANA AMB SALSA DE TOMÀQUET I MIG OU DUR		
TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES NEGRES	FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET		CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIDES AMB PATATES DAU		MANDONGUILLES DE PEIX GUISADES AMB SALSA DE TOMÀQUET		CROQUETES DE BACALLÀ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA		
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA EN ALMÍVAR		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FLAM DE VAINILLA
	15		16		17		18		19

VACANCES

SETMANA

SANTA

	22		23		24		25		26
	MACARRONS A L'ANGLESA (TOMÀQUET I FORMATGE RATTLAT)		CREMA DE PASTANAGA I CARBASSA AMB ROSTES		ARRÓS TRES DELÍCIES AMB PÈSOLS, PASTANAGA I GAMBETES		SOPA D'AU AMB PASTA		
	LLIBRET DE GALL DINDI I POLLASTRE AMB FORMATGE I AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA		FILET DE LIMANDA AL FORN AMB CEBA I PATATA		CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES		BOTIFARRA DE PORC A LA PLANXA AMB MONGETES SEQUES		
	POSTRES DE SANT JORDI		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT DE COOPERATIVA D'OLOT		FRUITA DE TEMPORADA		
	29		30						
ARRÓS BLANC AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA	ESTOFATS DE PATATES AMB SÍPIA								
ESCALOPA D'AU ARREBOSSADA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	TRUITA FRANCESA AMB TALL DE FORMATGE I AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES								
IOGURT NATURAL	FRUITA DE TEMPORADA								

FESTIU





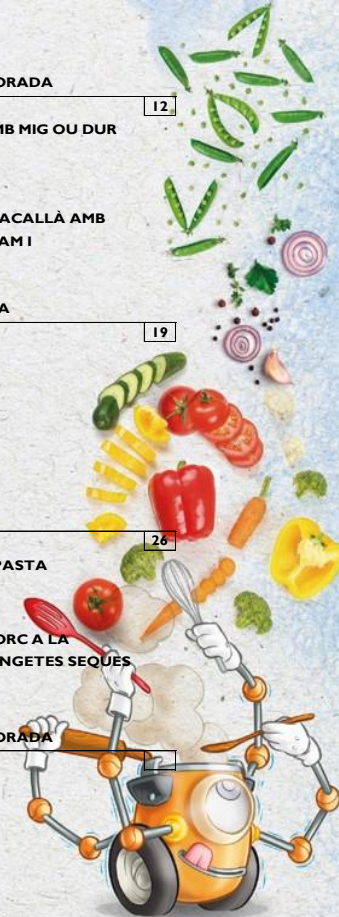
ARRÒS BLANC AMB XAMPINYONS I GAMBETES	1	MONGETES TENDRES AMB PATATES AL VAPOR	2	TALLARINES AMB OLI D'OLIVA I FORMATGE	3	CIGRONS BULLITS AMB PATATES	5	CREMA DE LLEGUM I VERDURES (PÈSOL, PASTANAGA, PATATA, MONGETA VERDA, CEBA I CARBASSÓ) AMB ROSTES	5
ROMBES DE LLUÇ ARREBOSSADES AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO		GALL DINDI A LA PLANXA		TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA		HAMBURGUESA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES		FILET DE LIMANDA AL FORN AMB CEBA I PATATA	
IOGURT NATURAL		FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT DE COOPERATIVA D'OLOT		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
PATATA MONGETA TENDRA I PASTANAGA	8	ESPAGUETIS A LA CARBONARA AMB CREMA DE LLET I BACÓ	9	SOPA D'AU AMB PASTA	10	MINISTRA DE VERDURA BULLIDA (MONGETA TENDRA, PATATA, PASTANAGA I PÈSOL)	11	ARRÒS BLANC AMB MIG OU DUR	12
TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES NEGRES		FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM		CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIDES SENSE TOMÀQUET AMB PATATES DAU		POLLASTRE A LA PLANXA		CROQUETES DE BACALLÀ AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA	
FRUITA DE TEMPORADA	15	FRUITA EN ALMÍVAR	16	FRUITA DE TEMPORADA	17	FRUITA DE TEMPORADA	18	FLAM DE VAINILLA	19

VACANCES

SETMANA

SANTA

	22	MACARRONS AMB OLI I FORMATGE	23	CREMA DE PASTANAGA I CARBASSA AMB ROSTES	24	ARRÒS TRES DELÍCIES AMB PÈSOLS, PASTANAGA I GAMBETES	25	SOPA D'AU AMB PASTA	26
FESTIU		LLIBRET DE GALL DINDI I POLLASTRE AMB FORMATGE I AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA		FILET DE LIMANDA AL FORN AMB CEBA I PATATA		CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES		BOTIFARRA DE PORC A LA PLANXA AMB MONGETES SEQUES	
	29	POSTRES DE SANT JORDI	30	FRUITA DE TEMPORADA		IOGURT DE COOPERATIVA D'OLOT		FRUITA DE TEMPORADA	
ARRÒS BLANC		PATATA I PÈSOLS							
ESCALOPA D'AU ARREBOSSADA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO		TRUITA FRANCESA AMB TALL DE FORMATGE I AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES							
IOGURT NATURAL		FRUITA DE TEMPORADA							



TOT ENCAIXA

Completa la teva dieta diària amb una alimentació adequada



Pa, cereals o derivats



Llet o derivats



Fruita fresca i hortalisses

ma

“Menjar un cop al dia en família ajuda a prevenir l'anorèxia i la bulímia”



NOTES:

En cas d'al·lèrgia o intoleràncies cal mantenir una bona alimentació substituint els aliments no tolerats pels permesos dins de la mateixa família



Respecta el patró de la

DIETA MEDITERRÀNIA

(Segons dades d'IFMed)

CADA APAT

Aigua



Oli d'oliva



Fruites (1 o 2 racions) o verdures (2 racions o més)



Pa, pasta, arròs, cuscús i altres cereals (1 o 2 racions)

DIARI

- Làctics (de 2 a 4 racions)
- Fruïts secs, llavors i olives (1 o 2 racions)
- Llegums i lleguminoses (2 racions o més)
- Herbes, espècies, all i ceba

SETMANAL

- Patates (fins a 3 racions)
- Carn vermella (màxim 2 racions)
- Carns processades (màxim 1 racció)
- Carn blanca (2 racions)
- Peix/marisc (més de 2 racions)
- Ous (de 2 a 4 racions)
- Dolços (fins a 2 racions)



Vegetals crus o cuinats



Aigua



Oli d'oliva



Fruïtes o lactis



Proteïna (Carns, peix, ous o llegums)



Hidrats de carboni



SI HEM DINAT... → PODEM SOPAR...

Cereals, fècules o llegums	→	Hortalisses crues o llegums cuïts
Verdures	→	Cereals o fècules
Carn	→	Peix o ou
Peix	→	Carn magra o ou
Ou	→	Peix o carn magra
Fruïta	→	Làctics o fruita
Làctics	→	Fruïta



La nostra empresa congela el peix que ha de ser consumit cru o poc fet, d'acord amb RD 1420/2006 Segons allò que estableix l'RE 1169/2011, la cuina disposa d'informació sobre el contingut en al·lèrgens dels menús elaborats