

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

- Pasta blanca amb oli
- Rap al forn
- Poma, pera, plàtan

2

- Patata i carbassó
- Gall d'indi a la planxa
- Poma, pera, plàtan

3

- Sopa de peix amb arròs
- Pollastre a la planxa
- logurt natural

4

- Crema de pastanaga (patata i pastanaga)
- Truita a la francesa
- Poma, pera, plàtan

7

- Arròs blanc amb oli
- Peix blanc a la planxa
- Poma, pera, plàtan

8

- Patata, mongeta verda i pastanaga
- Truita a la francesa
- Poma, pera, plàtan

9

- Pasta blanca amb oli
- Gall d'indi al forn
- Poma, pera, plàtan

10

- Arròs blanc amb oli
- Truita a la francesa
- logurt natural

11

- Patata i carbassó
- Pollastre a la planxa
- Poma, pera, plàtan

14



15



16



17



18



21



22

- Arròs blanc amb oli
- Truita a la francesa
- Poma, pera, plàtan

23

- MENÚ LITERARI**
- Sopa de lletres
 - Gall d'indi a la planxa
 - Poma, pera, plàtan

24

- Patata i mongeta verda
- Lluç al forn
- logurt natural

25

- Pasta blanca amb oli
- Pollastre a la planxa
- Poma, pera, plàtan

28

- Pasta blanca amb oli
- Gallineta a la planxa
- Poma, pera, plàtan

29

- Arròs blanc amb oli
- Truita a la francesa
- Poma, pera, plàtan

30

- Crema de carbassa (patata i carbassa)
- Pollastre a la planxa
- Poma, pera, plàtan

ESPÀRREC:

A l'abril comença la primavera, una època ideal per gaudir de l'espàrrec, una verdura de temporada rica en fibra, vitamines A, C, E i K, i minerals com ferro i calci. Contenen antioxidants i compostos antiinflamatoris, que poden ajudar a prevenir malalties cròniques. El seu color depèn de com es conreen: si es cobreixen de terra, surten blancs, i si creixen a la llum solar, són verds.

