



MENÚ ABRIL 2024

CURS 2023-2024



PA I POSTRES
(FRUITA DE PROXIMITAT
I LÀCTIS VARIATS)
REVISAT PER EL DEPARTAMENT
DE DIETÈTICA I NUTRICIÓ

Alimentació equilibrada
i saludable:
50-55% d'hidrats de carboni
30-35% de lípids o grasses
12-15% de proteïnes



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1a SETMANA 1-5 D'ABRIL

FESTIU

1. LLENTIES ECO
2. CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB TIRES DE PATATA
3. FRUITA

1. ARRÒS TRES DELÍCIES
2. OUS AL GRATEN AMB ENCIAM I PASTANAGA
3. LÀCTIC

1. SOPA DE BROU VEGETAL
2. LLOM AMB ENCIAM I LLOMBARDA
3. FRUITA

1. VERDURA AL VAPOR
2. LLENGUADINA AMB ENCIAM I COL
3. FRUITA

2a SETMANA 8-12 D'ABRIL

1. CIGRONS ECO
2. HAMBURGUESA VEGETAL AMB VARIACIÓ D'ENCiams
3. FRUITA

1. ARRÒS SOFREGIT DE TOMÀQUET I CEBA
2. TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I OLIVES
3. FRUITA

1. VERDURA AL VAPOR
2. PERNILETS DE POLLASTRE AL XILINDRÓ
3. LÀCTIC

1. PASTA NAPOLITANA AMB FORMATGE
2. FILET DE ROSADA AMB LLOMBARDA
3. FRUITA

1. CREMA DE CARBASSA AMB ROSTES DE PA
2. SALSITXES AMB DAUS DE PATATA
3. FRUITA

3a SETMANA 15-19 D'ABRIL

1. LLENTIES ECO ESTOFADES
2. CROQUETES DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM I LLOMBARDA
3. FRUITA

1. SOPA DE BROU VEGETAL
2. TRUITA DE PATATA AMB ENCIAM I OLIVES
3. FRUITA

1. PASTA ESPECIALADA
2. LLENGUADINA AMB DAUS DE PATATA
3. LÀCTIC

1. ARRÒS CALDÓS
2. LLÀMINES VEGETALS AMB ENCIAM I COL
3. FRUITA

1. MONGETA VERDA AMB PATATA
2. CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB DAUS DE PASTANAGA
3. FRUITA

4a SETMANA 22-26 D'ABRIL

1. MONGETA BLANCA ECO
2. BOTIFARRA DE PORC AMB ENCIAM I BLAT DE MORO
3. FRUITA

1. CREMA DE CARBASSA AMB TORRONETS DE PA
2. OUS AL PLAT AMB AMANIDA VARIADA
3. FRUITA

1. CANELONS GRATINATS
2. BOCINETS VEGETALS AMB ENCIAM I OLIVES
3. LÀCTIC

1. ARRÒS TRES DELÍCIES
2. GALL DINDI AMB CEBA I PEBROT
3. FRUITA

1. PATATES DE L'ÀVIA AMB VERDURETES
2. FILET DE ROSADA AMB VARIACIÓ D'ENCiams
3. FRUITA

5a SETMANA 29-30 D'ABRIL

1. CIGRONS
2. LLOM AMB ENCIAM I PIPES
3. FRUITA

1. ARRÒS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET I VERDURES
2. FILET D'ABADEJO AMB AMANIDA
3. FRUITA

> Tots els fregits es realitzen amb fregidora d'aire, sense oli.

Tel. 93 870 24 33
atencio@lestel.net
www.lestel.net