

Fruita de temporada: Maquixa, maduixot, prunes....

Verdures i hortalisses de temporada: Favas, pèsols, bledes, espàirrec verd.....

Pastis de verdures
 Ingredients: 2 pastanagues, 1/2 bròquil, 500g de mongetes tendres, 5 ous, 200ml de nata líquida, 200 ml de salsa de tomàquet, pa ratllat, orenga
 Renteu i tal·leu les hortalisses. Les bulliu durant 3 minuts i refredeu-les amb aigua i gel. Engreixeu un motlle amb mantega. Bateu els ous i la nata, salpebreu-ho tot i afegir-hi l'orenga, la salsa de tomàquet i les verdures i barregeu-ho tot. Poseu-ho al forn 160°C, 1h30min

DILLUNS 2	FESTIU SOPAR				
DILLUNS 9	- Patates a la marinera - Cap de llom a la planxa amb carbassó arrebossat - Pera SOPAR	Crema de verdures, ou, amanida i fruita			
DILLUNS 16	- Espirals ecològics amb oli d'oliva, orenga i formatge - Ventresca de lluç al forn amb amanida - Maduixes SOPAR	Crema de carbassa, ou, amanida i fruita			
DILLUNS 23	FESTA DE SANT JORDI SOPAR	Escalivada, hamburguesa de pollastre-espinaçs, fruita			
DILLUNS 30	FESTIU SOPAR				
DIMARTS 3	- Arròs amb tomàquet: - Truita de carbassó amb amanida - Taronja SOPAR	Verdures a la planxa, peix al forn, fruita			
DIMARTS 10	- Llentises guisades amb verdures - Llom de lluç al forn amb amanida - Pinya SOPAR	Verdura del temps, ou, amanida i fruita			
DIMARTS 17	- Pastis de verdures amb amanida - Arròs a la cassola - logurt ecològic SOPAR	Verdura del temps, pollastre, amanida, fruita			
DIMARTS 24	- Llentises vermelles amb verdures - Hamburguesa a la planxa amb amanida - Taronja SOPAR	Amanida verda, peix blau amb patata i fruita			
DIMECRES 4	- Mongeta seca i patata - Becaïà gratinat al forn amb tomàquet i formatge - logurt natural SOPAR	Verdura del temps al vapor, ou, amanida i fruita			
DIMECRES 11	- Mongeta verda, patata i pastanaga - Pernillets de pollastre amb prunes - Poma SOPAR	Amanida verda, peix al forn amb patates, fruita			
DIMECRES 18	- Crema de carbassó - Botifarra amb mongetes seques - Pera SOPAR	Sopa de mill, peix, amanida i fruita			
DIMECRES 25	- Amanida d'arròs - Truita de verdures amb amanida - Piàtan SOPAR	Verdura del temps, peix, amanida i fruita			
DIJOUS 5	- Ensaladilla amb oli - Pollastre al forn amb patates - Piàtan SOPAR	Amanida verda, peix al forn amb patates, fruita			
DIJOUS 12	- Arròs integral saltat amb pernil - Tronquets de peix casolans amb amanida - Piàtan SOPAR	Amanida verda, pollastre amb xampinyons, fruita			
DIJOUS 19	- Sopa de peix - Aletes de pollastre amb amanida - Poma SOPAR	Amanida verda, fruita de patata i ceba, fruita			
DIJOUS 26	- Puré de patata gratinat - Calamars enfarinats amb amanida - Pera SOPAR	Brou de verdures amb arròs, ou, amanida i fruita			
DIJOUS 5	- Espaguetis a la carbonara - Maira arrebossada amb amanida - Maduixes SOPAR	Verdura del temps, ou, amanida i fruita			
DIJOUS 13	- Hummus de cigrons i pèsols amb bastonets de pastanaga - Macarrons a la bolonyesa - logurt natural SOPAR	Crema de pastanaga, peix, amanida i fruita			
DIJOUS 20	- Cigrons, patata i bròquil - Croquetes de rosit amb amanida - Kiwi SOPAR	Amanida verda, ou ferrat, fruita			
DIJOUS 27	- Pinya amb pernil - Canelons de carn - Gelat SOPAR	Amanida amb fruits secs, truita de patata, fruita			
DIJOUS 30	SOPAR				