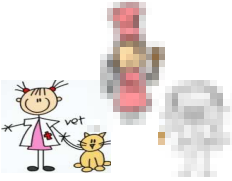


MAIG 2017 DINARS CATSCHOOL

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
FESTA 	2 FESTA	3 ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET	4 BRÒQUIL NATURAL AMB PATATA	5 AMANIDA DE MONGETES BLANQUES (tomàquet, cogombre, ou dur i olives)
		TRUITA D'ESPINACS AMB ENCIAM, PASTANAGA I SOJA	FRICANDÓ DE VEDELLA AMB SOFREGIT I PÈSOLS (sense patata)	MANDONGUILLES DE LLUÇ I TOMÀQUET AMB ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE
		FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	LÀCTIC SOSTENIBLE / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL
8 CIGRONS ESTOFATS (amb sofregit casolà i xoriço, sense patata)	9 RISOTTO DE XAMPINYONS	10 FUSILI A LA BOLONYESA	11 CREMA DE VERDURES NATURALS	12 BROU DE VERDURES I POLLASTRE
SALSITXES DE PORC A LA PLANXA AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES	FILET D'HALIBUT AMB ALL I JULIVERT AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES	TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM, PASTANAGA I COL LLOMBARDA	SEITONS ARREBOSSATS AMB TOMÀQUET AMANIT	PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM, PASTANAGA I FORMATGE
FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	LÀCTIC SOSTENIBLE / PA I PA INTEGRAL	FRUITA ECOLÒGICA / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL
15 ESTOFAT DE LLENTIES ECOLÒGIQUES AMB VERDURES (amb ceba, pastanaga i porro)	16 PASTA ECOLÒGICA DE COLORS (amb gall dindi, blat, pastanaga ratllada i olives laminades)	17 AMANIDA D'ESTIU (patates, tomàquet, cogombre, tonyina, ou dur i olives)	18 SOPA DE VERDURES	19 ARRÒS BLANC AMB VERDURES
REMENAT D'ESPINACS AMB ENCIAM, SOJA I OLIVES	TALL RODÓ DE VEDELLA AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES	LLUÇ AMB TOMÀQUET CASOLÀ	POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES	LLOM DE BACALLÀ A LA BASCA AMB PÈSOLS
FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	GELAT / PA I PA INTEGRAL
22 MACARRONS ECOLÒGICS AL FORMATGE	23 LLENTIES ESTOFADES	24 CANELONS GRATINATS (carn picada de vedella i porc amb salsa beixamel)	25 SOPA D'ARRÒS (brou de pollastre amb verdures i arròs)	26 MONGETA VERDA AMB PATATES
TIRES DE POLLASTRE EMPANADES AMB FLOCS DE CIVADA I ENCIAM, COGOMBRE I CEBA	TRUITA PAISANA AMB ENCIAM, PASTANAGA I SOJA	FILET DE GALL (peix) A LA PLANXA AMB ENCIAM, API I BLAT DE MORO	MANDONGUILLES DE VEDELLA ESTOFADES AMB XAMPINYONS	GALL D'INDI ADOBAT AMB PATATES XIPS
FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	LÀCTIC SOSTENIBLE / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL
29 ARRÒS BLANC ECOLÒGIC AMB SALS DE TOMÀQUET	30 ESPAGUETIS ECOLÒGICS AMB POLLASTRE I FORMATGE	31 COLIFLOR AMB PATATES BULLIDES		
TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE	FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES	PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES		
FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA ECOLÒGICA / PA I PA INTEGRAL		

Maribel Martínez García
 Membre de l'ACDN
 (Associació Catalana de Dietistes i Nutricionistes)
 i la FEDN (Fundación Española de Dietistas y Nutricionistas
 amb número CAT000235

MAIG 2017					7 RACIONS HC					CATSCHOOL				
DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES						
FESTA 		FESTA		2 ARRÒS BLANC (200 g d'arròs) AMB TOMÀQUET		3 TRUITA D'ESPINACS AMB ENCIAM, PASTANAGA I SOJA		4 BRÒQUIL NATURAL (100g) AMB PATATA(200g)		5 AMANIDA DE MONGETES BLANQUES (200g) (tomàquet, cogombre, ou dur i olives)				
				8 CIGRONS ESTOFATS (250g de cigrons) (amb sofregit casolà i sense patata)		9 RISOTTO (225 g) DE XAMPINYONS		10 FUSILI (225g) A LA BOLONYESA		11 CREMA DE VERDURES(100g verdura) NATURALS AMB PATATA (200g)		12 BROU DE VERDURES I POLLASTRE (45 g de pasta)		
				15 ESTOFAT DE LLENTIES (125g de lleties) ECOLÒGIQUES AMB VERDURES (amb ceba, pastanaga i porro)		16 PASTA ECOLÒGICA DE COLORS (225g de pasta) (amb gall dindi, blat, pastanaga ratllada i olives laminades)		17 AMANIDA D'ESTIU (225g de patates, tomàquet, cogombre, tonyina, ou dur i olives)		18 SOPA DE VERDURES (45g de pasta)		19 ARRÒS BLANC (180 g) AMB VERDURES (100g)		
22 MACARRONS (180 g de pasta) AL FORMATGE		23 LLENTIES(150g) ESTOFADES AMB PATATES (75g)		24 CANELONS GRATINATS (3 un) (carn picada de vedella i porc amb salsa beixamel)		25 SOPA D'ARRÒS (brou de pollastre amb verdures i arròs) (45g d'arròs)		26 MONGETA VERDA(100g) AMB PATATES (100g)						
8 SALSITXES DE PORC A LA PLANXA AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES		FILET D'HALIBUT AMB ALL I JULIVERT AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES		TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM, PASTANAGA I COLLOMBARDA		SEITONS ARREBOSSATS (3 un) AMB TOMÀQUET AMANIT		PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB PATATES(200g) I ENCIAM, PASTANAGA I FORMATGE						
FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL		IOGURT NATURAL/ PA I PA INTEGRAL		FRUITA ECOLÒGICA / PA I PA INTEGRAL		FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL		FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL						
15 REMENAT D'ESPINACS I PATATA(100g patata) AMB ENCIAM, SOJA I OLIVES		TALL RODÓ DE VEDELLA AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES		LLUÇ AMB TOMÀQUET CASOLÀ		POLLASTRE AMB PATATES AL FORN (200g) AMB ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES		LLOM DE BACALLÀ A LA BASCA AMB PÈSOLS (100g de pèsols)						
FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL		FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL		FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL		FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL		IOGURT NATURAL/ PA I PA INTEGRAL						
(200g) ARRÒS BLANC ECOLÒGIC AMB SALSA DE TOMÀQUET		(225g) ESPAGUETIS ECOLÒGICS AMB POLLASTRE I FORMATGE		COLIFLOR(100g) AMB PATATES BULLIDES (200g)		(200g) ARRÒS BLANC ECOLÒGIC AMB SALSA DE TOMÀQUET		(225g) ESPAGUETIS ECOLÒGICS AMB POLLASTRE I FORMATGE						
TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE		FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES		PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES		FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL		FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL						
FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL		FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL		FRUITA ECOLÒGICA / PA I PA INTEGRAL		FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL		FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL						

Maribel Martínez García
 Membre de l'ACDN
 (Associació Catalana de Dietistes i Nutricionistes)
 i la FEDN (Fundación Española de Dietistas y Nutricionistas)
 amb número CAT000235

¹ 1 ració de fruita: meló, síndria maduixes (200g)

² 1 ració de pa 20g

Préssec, taronja, poma, kiwi (100g)


Plàtan, raïm (50g)


Pera, cirera (75g)

Plàtan, raïm (50g)

PES CUIT (pasta, arròs, llegums)

MAIG 2017 DINARS BAIXOS EN FRUCTOSA I SORBITOL

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
FESTA	2	3	4	5
	FESTA	ARRÒS BLANC AMB VERDURETES AMANIT AMB OLI D'OLIVA (bròquil i porro)	BRÒQUIL NATURAL AMB PATATA	AMANIDA DE PATATES (ou dur i olives) (sense tomàquet)
		TRUITA D'ESPINACS AMB ENCIAM	FRICANDÓ DE VEDELLA AMB ENCIAM AMANIT (sense patata, pèsols, tomàquet i pastanaga)	PEIX DE TEMPORADA A LA PLANXA AMB ENCIAM
		IOGURT BIO NATURAL	ACTIMEL 0%	IOGURT NATURAL
8	9	10	11	12
PURÉ VEGETAL (porro i patata)	RISOTTO DE XAMPINYONS	FUSILI AMB FORMATGE (sense tomàquet)	PURÉ DE CARBASSÓ	BROU DE POLLASTRE (sense concentrat de brou)
CARN MAGRA DE PORC A LA PLANXA AMB ENCIAM	FILET D'HALIBUT AMB ALL I JULIVERT AMB ENCIAM	TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM	SEITONS ARREBOSSATS AMB ENCIAM AMANIT	PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM I FORMATGE
ACTIMEL 0%	IOGURT BIO NATURAL	IOGURT BIO NATURAL	ACTIMEL 0%	QUALLADA NATURAL
15	16	17	18	19
PURÉ DE CARBASSÓ	PASTA AMB VERDURES (carbassó) AMANIDA AMB OLI D'OLIVA	AMANIDA D'ESTIU (patates, tonyina, ou dur i olives)	SOPA DE VERDURES (sense concentrat de brou)	ARRÒS BLANC AMB VERDURETES AMANIT AMB OLI D'OLIVA (bròquil i porro)
REMENAT D'ESPINACS AMB ENCIAM	TALL RODÓ DE VEDELLA (sense tomàquet ni pastanaga) AMB ENCIAM	LLUÇ AMB ENCIAM AMANIT	POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM	LLOM DE BACALLÀ A LA PLANXA AMB ENCIAM
ACTIMEL 0%	QUALLADA NATURAL	IOGURT BIO NATURAL	IOGURT BIO NATURAL	QUALLADA NATURAL
22	23	24	25	26
MACARRONS ECOLÒGICS AMB FORMATGE (sense tomàquet)	BLEDES AMB PATATA	PASTA AMB FORMATGE AMANIDA AMB OLI D'OLIVA	SOPA D'ARRÒS (brou de pollastre amb verdures i arròs) (sense concentrat de brou)	MONGETA VERDA AMB PATATES
PIT DE POLLASTRE EMPANAT CASOLA AMB ENCIAM	TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM	FILET DE GALL (peix) A LA PLANXA AMB ENCIAM	CARN MAGRA DE VEDELLA AMB XAMPINYONS (sense tomàquet ni pastanaga)	GALL D'INDI A LA PLANXA AMB PATATES
ACTIMEL 0%	IOGURT BIO NATURAL	IOGURT BIO NATURAL	ACTIMEL 0%	QUALLADA NATURAL
29	30	31		
ARRÒS BLANC AMB VERDURETES AMANIT AMB OLI D'OLIVA (bròquil i porro)	ESPAGUETIS ECOLÒGICS AMB POLLASTRE I FORMATGE (sense tomàquet)	COLIFLOR AMB PATATES BULLIDES		
TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM	FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM	PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN (sense tomàquet ni pastanaga) AMB ENCIAM		
QUALLADA NATURAL	IOGURT BIO NATURAL	IOGURT BIO NATURAL		

MAIG 2017					DINARS BAIXOS EN HISTAMINA (AL-MO)					CATSCHOOL				
DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES						
FESTA 		2		3		4		5						
		FESTA		ARRÒS BLANC ECOLÒGIC AMB MONGETA VERDA I PEBROT		BRÒQUIL NATURAL AMB PATATA		AMANIDA DE MONGETES BLANQUES (pastanaga i rovell d'ou)						
				TRUITA FRANCESA (rovell d'ou)AMB ENCIAM		CARN MAGRA DE VEDELLA AMB PÈSOLS (sense patata)		LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM						
				FRUITA DEL TEMPS / PA		IOGURT DESNATAT / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA						
8		9		10		11		12						
AMANIDA DE LLENTIES AMB AMB MONGETA VERDA AMANIDES AMB OLI D'OLIVA		ARRÒS AMB PASTANAGA I PÈSOLS		FUSILI AMB VERDURETES (bròquil i mongeta verda)		CREMA DE PASTANAGA		BROU DE VERDURES I POLLASTRE (sense concentrat de brou)						
GALL D'INDI A LA PLANXA AMB ENCIAM		FILET DE LLUÇ AMB AMB ENCIAM I PASTANAGA		TRUITA FRANCESA (rovell d'ou) AMB ENCIAM		GALL (peix)ARREBOSSAT CASOLA (sense ou) AMB ENCIAM AMANIT		PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN (amb pèsols i pastanaga) AMB ENCIAM						
FRUITA DEL TEMPS / PA		IOGURT DESNATAT / PA		FRUITA ECOLÒGICA / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA						
15		16		17		18		19						
AMANIDA DE LLENTIES ECOLÒGIQUES AMB VERDURES (amb pastanaga i bròquil)		PASTA (amb pastanaga ratllada natural i pèsols)		AMANIDA D'ESTIU (patates, mongeta verda i pastanaga)		SOPA DE VERDURES (sense concentrat de brou)		ARRÒS BLANC AMB MONGETA VERDA i AMANIT AMB OLI D'OLIVA						
REMENAT D'OU (rovell d'ou) AMB ENCIAM		CARN MAGRA DE VEDELLA AMB ENCIAM		LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM		POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM		GALL (peix) AMB PÈSOLS I PASTANAGA						
FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		IOGURT DESNATAT / PA						
22		23		24		25		26						
MACARRONS AMB VERDURETES (bròquil)		AMANIDA DE LLENTIES (pèsols, mongetes blanques i pastanaga)		CREMA DE PASTANAGA		SOPA D'ARRÒS (brou de pollastre amb verdures i arròs) (sense concentrat de brou)		MONGETA VERDA AMB PATATES						
PIT DE POLLASTRE EMPANAT CASOLA (sense ou) AMB ENCIAM		TRUITA FRANCESA (rovell d'ou) AMB ENCIAM I PASTANAGA		FILET DE GALL (peix) A LA PLANXA AMB ENCIAM		CARN MAGRA DE VEDELLA A LA PLANXA AMB ENCIAM		GALL D'INDI AMB PATATES						
FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		IOGURT DESNATAT / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA						
29		30		31										
ARRÒS AMB PÈSOLS		AMANIDA DE PASTA AMB POLLASTRE (bròquil i pèsols)		COLIFLOR AMB PATATES BULLIDES										
TRUITA FRANCESA (rovell d'ou) AMB ENCIAM		FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM		PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM I PASTANAGA										
FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA ECOLÒGICA / PA										


¹ Truites i remenats d'ou, amb rovell (sense clara d'ou)

² Menú sense maduixes, pinya, papaia i fruites cítriques (taronja,


Menú sense espinacs, albergínia, carbassa, carbassó i tomàquet

Menú sense anous, cacahuets

Menú sense xocolata


MAIG 2017		DINARS HIPOCALÒRICS		CATSCHOOL	
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	
FESTA 	2 FESTA	3 ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET	4 BRÒQUIL NATURAL AMB PATATA	5 AMANIDA DE MONGETES BLANQUES (tomàquet, cogombre, ou dur i olives)	
		TRUITA D'ESPINACS AMB ENCIAM, PASTANAGA I SOJA	FRICANDÓ DE VEDELLA AMB SOFREGIT I PÈSOLS (sense patata)	FILET DE LLUÇ I TOMÀQUET AMB ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE	
		FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	LÀCTIC DESNATAT / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	
8 CIGRONS ESTOFATS (amb sofregit casolà) (sense patata ni xoriço)	9 RISOTTO DE XAMPINYONS	10 FUSILI AMB TOMÀQUET	11 CREMA DE VERDURES NATURALS	12 BROU DE VERDURES I POLLASTRE	
LLOM DE PORC A LA PLANXA AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES	FILET D'HALIBUT AMB ALL I JULIVERT AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES	TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM, PASTANAGA I COL LLOMBARDA	PEIX DE TEMPORADA A LA PLANXA AMB TOMÀQUET AMANIT	PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM, PASTANAGA I FORMATGE (baix en greix)	
FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	LÀCTIC DESNATAT / PA I PA INTEGRAL	FRUITA ECOLÒGICA / PA I PA INTEGRAL	PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM, PASTANAGA I FORMATGE (baix en greix)	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	
15 ESTOFAT DE LLENTIES ECOLÒGIQUES AMB VERDURES (amb ceba, pastanaga i porro)	16 PASTA ECOLÒGICA DE COLORS (amb gall dindi, blat, pastanaga ratllada i olives laminades)	17 AMANIDA D'ESTIU (patates, tomàquet, cogombre, tonyina, ou dur i olives)	18 SOPA DE VERDURES	19 ARRÒS BLANC AMB VERDURES	
REMNAT D'ESPINACS AMB ENCIAM, SOJA I OLIVES	TALL RODÓ DE VEDELLA AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES	LLUÇ AMB TOMÀQUET CASOLÀ	POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES	LLOM DE BACALLÀ A LA BASCA AMB PÈSOLS	
FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	LÀCTIC DESNATAT / PA I PA INTEGRAL	
22 MACARRONS ECOLÒGICS AL FORMATGE (baix en greix)	23 LLENTIES ESTOFADES	24 PASTA AMB TOMÀQUET	25 SOPA D'ARRÒS (brou de pollastre amb verdures i arròs)	26 MONGETA VERDA AMB PATATES	
POLLASTRE A LA PLANXA I ENCIAM, COGOMBRE I CEBA	TRUITA PAISANA AMB ENCIAM, PASTANAGA I SOJA	FILET DE GALL (peix) A LA PLANXA AMB ENCIAM, API I BLAT DE MORO	CARN MAGRA DE VEDELLA ESTOFADA AMB XAMPINYONS	GALL D'INDI A LA PLANXA AMB PATATES AL FORN	
FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	LÀCTIC DESNATAT / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	
29 ARRÒS BLANC ECOLÒGIC AMB SALS DE TOMÀQUET	30 ESPAGUETIS ECOLÒGICS AMB POLLASTRE I FORMATGE (baix en greix)	31 COLIFLOR AMB PATATES BULLIDES			
TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE	FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES	PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES			
FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA ECOLÒGICA / PA I PA INTEGRAL			

MAIG 2017		DINARS RICS AMB FIBRA		CATSCHOOL	
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	
FESTA 	2 FESTA	ARRÒS INTEGRAL AMB TOMÀQUET	BRÒQUIL NATURAL AMB PATATA	AMANIDA DE MONGETES BLANQUES (tomàquet, cogombre, ou dur i olives)	
		TRUITA D'ESPINACS AMB ENCIAM, PASTANAGA I SOJA	FRICANDÓ DE VEDELLA AMB SOFREGIT I PÈSOLS (sense patata)	MANDONGUILLES DE LLUÇ I TOMÀQUET AMB ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE	
		FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	LÀCTIC SOSTENIBLE / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	
	8	9	10	11	12
CIGRONS ESTOFATS (amb sofregit casolà i xoriço, sense patata)	RISOTTO DE XAMPINYONS (amb arròs integral)	PASTA INTEGRAL A LA BOLONYESA	CREMA DE VERDURES NATURALS	BROU DE VERDURES I POLLASTRE	
SALSITXES DE PORC A LA PLANXA AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES	FILET D'HALIBUT AMB ALL I JULIVERT AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES	TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM, PASTANAGA I COL LLOMBARDA	SEITONS ARREBOSSATS AMB TOMÀQUET AMANIT	PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM, PASTANAGA I FORMATGE	
FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	LÀCTIC SOSTENIBLE / PA I PA INTEGRAL	FRUITA ECOLÒGICA / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	
15	16	17	18	19	
ESTOFAT DE LLENTIES ECOLÒGIQUES AMB VERDURES (amb ceba, pastanaga i porro)	PASTA INTEGRAL (amb gall dindi, blat, pastanaga ratllada i olives laminades)	AMANIDA D'ESTIU (patates, tomàquet, cogombre, tonyina, ou dur i olives)	SOPA DE VERDURES	ARRÒS BLANC AMB VERDURES	
REMNAT D'ESPINACS AMB ENCIAM, SOJA I OLIVES	TALL RODÓ DE VEDELLA AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES	LLUÇ AMB TOMÀQUET CASOLÀ	POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES	LLOM DE BACALLÀ A LA BASCA AMB PÈSOLS	
FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	GELAT / PA I PA INTEGRAL	
22	23	24	25	26	
MACARRONS INTEGRALS AL FORMATGE	LLENTIES ESTOFADES	CANELONS GRATINATS (carn picada de vedella i porc amb salsa beixamel)	SOPA D'ARRÒS INTEGRAL (brou de pollastre amb verdures i arròs)	MONGETA VERDA AMB PATATES	
TIRES DE POLLASTRE EMPANADES AMB FLOCS DE CIVADA I ENCIAM, COGOMBRE I CEBA	TRUITA PAISANA AMB ENCIAM, PASTANAGA I SOJA	FILET DE GALL (peix) A LA PLANXA AMB ENCIAM, API I BLAT DE MORO	MANDONGUILLES DE VEDELLA ESTOFADES AMB XAMPINYONS	GALL D'INDI ADOBAT AMB PATATES XIPS	
FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	LÀCTIC SOSTENIBLE / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	
29	30	31			
ARRÒS BLANC INTEGRAL AMB Salsa de TOMÀQUET	ESPAGUETIS INTEGRALS AMB POLLASTRE I FORMATGE	COLIFLOR AMB PATATES BULLIDES			
TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE	FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES	PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES			
FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA ECOLÒGICA / PA I PA INTEGRAL			

MAIG 2017					DINARS SENSE FRUITS SECS NI PRÈSSEC					CATSCHOOL				
DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES						
FESTA 		2		3		4		5						
		FESTA		ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET		BRÒQUIL NATURAL AMB PATATA		AMANIDA DE MONGETES BLANQUES (tomàquet, cogombre, ou dur i olives)						
				TRUITA D'ESPINACS AMB ENCIAM, PASTANAGA I SOJA		FRICANDÓ DE VEDELLA AMB SOFREGIT I PÈSOLS (sense patata)		MANDONGUILLES DE LLUÇ I TOMÀQUET AMB ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE						
				FRUITA DEL TEMPS / PA		IOGURT NATURAL / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA						
8		9		10		11		12						
CIGRONS ESTOFATS (amb sofregit, sense patata) (sense xoriço)		RISOTTO DE XAMPINYONS		FUSILI A LA BOLONYESA		CREMA DE VERDURES NATURALS		BROU DE VERDURES I POLLASTRE (sense concentrat de brou)						
SALSITXES DE PORC (sense fruits secs) A LA PLANXA AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES		FILET D'HALIBUT AMB ALL I JULIVERT AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES		TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM, PASTANAGA I COL LLOMBARDA		PEIX DE TEMPORADA A LA PLANXA AMB TOMÀQUET AMANIT		PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM, PASTANAGA I FORMATGE						
FRUITA DEL TEMPS / PA		LÀCTIC SOSTENIBLE / PA		FRUITA ECOLÒGICA / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA						
15		16		17		18		19						
ESTOFAT DE LLENTIES ECOLÒGIQUES AMB VERDURES (amb ceba, pastanaga i porro)		PASTA ECOLÒGICA DE COLORS (amb gall dindi, blat, pastanaga ratllada i olives laminades)		AMANIDA D'ESTIU (patates, tomàquet, cogombre, tonyina, ou dur i olives)		SOPA DE VERDURES (sense concentrat de brou)		ARRÒS BLANC AMB VERDURES						
REMENAT D'ESPINACS AMB ENCIAM, SOJA I OLIVES		TALL RODÓ DE VEDELLA AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES		LLUÇ AMB TOMÀQUET CASOLÀ		POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES		LLOM DE BACALLÀ A LA BASCA AMB PÈSOLS						
FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		IOGURT NATURAL / PA						
22		23		24		25		26						
MACARRONS ECOLÒGICS AL FORMATGE		LLENTIES ESTOFADES		PASTA AMB TOMÀQUET		SOPA D'ARRÒS (brou de pollastre amb verdures i arròs)		MONGETA VERDA AMB PATATES						
POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM, COGOMBRE I CEBA		TRUITA PAISANA AMB ENCIAM, PASTANAGA I SOJA		FILET DE GALL (peix) A LA PLANXA AMB ENCIAM, API I BLAT DE MORO		MANDONGUILLES DE VEDELLA (sense fruits secs) ESTOFADES AMB XAMPINYONS		GALL D'INDI A LA PLANXA AMB PATATES XIPS						
FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		IOGURT NATURAL / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA						
29		30		31										
ARRÒS BLANC ECOLÒGIC AMB SALSA DE TOMÀQUET		ESPAGUETIS ECOLÒGICS AMB POLLASTRE I FORMATGE		COLIFLOR AMB PATATES BULLIDES										
TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE		FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES		PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES										
FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA ECOLÒGICA / PA										

¹ MENÚ SENSE PRÈSSEC

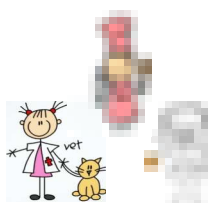
² PA BLANC

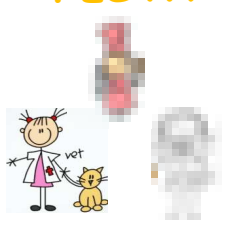
MAIG 2017					DINARS SENSE GLUTEN					CATSCHOOL				
DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES						
FESTA 		FESTA		3 ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET (sofregit de tomàquet i ceba casola)		4 BRÒQUIL NATURAL AMB PATATA		5 AMANIDA DE MONGETES BLANQUES (tomàquet, cogombre, ou dur i olives)						
				TRUITA D'ESPINACS AMB ENCIAM, PASTANAGA I SOJA		FRICANDÓ DE VEDELLA AMB SOFREGIT I PÈSOLS (sense patata)(sense gluten)		PEIX DE TEMPORADA I TOMÀQUET AMB ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE						
				FRUITA DEL TEMPS / PA		LÀCTIC SOSTENIBLE / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA						
				8 CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES (amb sofregit casolà) (sense patata ni xoriço)		9 RISOTTO DE XAMPINYONS		10 PASTA A LA BOLONYESA (sense gluten)		11 CREMA DE VERDURES NATURALS		12 BROU DE VERDURES I POLLASTRE(sense concentrat de brou) (sense gluten)		
SALSITXES DE PORC A LA PLANXA (sense gluten) AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES		FILET D'HALIBUT AMB ALL I JULIVERT AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES		TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM, PASTANAGA I COL LLOMBARDA		PEIX ARREBOSSAT (sense gluten) AMB TOMÀQUET AMANIT		PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM, PASTANAGA I FORMATGE						
FRUITA DEL TEMPS / PA		LÀCTIC SOSTENIBLE / PA		FRUITA ECOLÒGICA / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA						
15 ESTOFAT DE LLENTIES ECOLÒGIQUES AMB VERDURES (amb ceba, pastanaga i porro)		16 PASTA ECOLÒGICA DE COLORS (amb blat, pastanaga ratllada i olives laminades)(sense gluten)		17 AMANIDA D'ESTIU (patates, tomàquet, cogombre, tonyina, ou dur i olives)		18 SOPA DE VERDURES(sense concentrat de brou) (sense gluten)		19 ARRÒS BLANC AMB VERDURES						
REMENAT D'ESPINACS AMB ENCIAM, SOJA I OLIVES		TALL RODÓ DE VEDELLA (sense gluten) AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES		LLUÇ AMB TOMÀQUET CASOLÀ		POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES		LLOM DE BACALLÀ A LA BASCA AMB PÈSOLS (sense gluten)						
FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		GELAT SENSE GLUTEN/ PA						
22 MACARRONS ECOLÒGICS AL FORMATGE (sense gluten)		23 LLENTIES ESTOFADES		24 CANELONS GRATINATS (carn picada de vedella i porc amb salsa beixamel)(sense gluten)		25 SOPA D'ARRÒS (brou de pollastre amb verdures i arròs) (sense concentrat de brou)		26 MONGETA VERDA AMB PATATES						
POLLASTRE EMPANAT CASOLA (sense gluten) I ENCIAM, COGOMBRE I CEBA		TRUITA PAISANA AMB ENCIAM, PASTANAGA I SOJA		FILET DE GALL (peix) A LA PLANXA AMB ENCIAM, API I BLAT DE MORO		MANDONGUILLES DE VEDELLA ESTOFADES AMB XAMPINYONS (sense gluten)		GALL D'INDI AMB PATATES						
FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		LÀCTIC SOSTENIBLE / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA						
29 ARRÒS BLANC ECOLÒGIC AMB Salsa de TOMÀQUET (sofregit de tomàquet i ceba)		30 ESPAGUETIS ECOLÒGICS AMB POLLASTRE I FORMATGE (sense gluten)		31 COLIFLOR AMB PATATES BULLIDES										
TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE		FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES		PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES										
FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA ECOLÒGICA / PA										

Maribel Martínez García
 Membre de l'ACDN
 (Associació Catalana de Dietistes i Nutricionistes)
 i la FEDN (Fundación Española de Dietistas y Nutricionistas
 amb número CAT000235


MAIG 2017					DINARS SENSE LACTOSA					CATSCHOOL				
DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES						
FESTA 		2		3		4		5						
		FESTA		ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET		BRÒQUIL NATURAL AMB PATATA		AMANIDA DE MONGETES BLANQUES (tomàquet, cogombre, ou dur i olives)						
				TRUITA D'ESPINACS AMB ENCIAM, PASTANAGA I SOJA		FRICANDÓ DE VEDELLA AMB SOFREGIT I PÈSOLS (sense patata)		PEIX DE TEMPORADA I TOMÀQUET AMB ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE						
				FRUITA DEL TEMPS / PA		IOGURT DE SOJA / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA						
8		9		10		11		12						
CIGRONS ESTOFATS (amb sofregit casolà (sense patata)(sense xoriço)		ARRÒS AMB VERDURETES (sense llet ni derivats)		FUSILI A LA BOLONYESA (sense llet ni derivats)		CREMA DE VERDURES NATURALS (sense llet ni derivats)		BROU DE VERDURES I POLLASTRE (sense llet ni derivats)						
SALSITXES DE PORC A LA PLANXA (sense llet ni derivats) AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES		FILET D'HALIBUT AMB ALL I JULIVERT AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES		TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM, PASTANAGA I COL LLOMBARDA		PEIX ARREBOSSAT (sense llet ni derivats) AMB TOMÀQUET AMANIT		PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM I PASTANAGA (sense llet ni derivats)						
FRUITA DEL TEMPS / PA		IOGURT DE SOJA/ PA		FRUITA ECOLÒGICA / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA						
15		16		17		18		19						
ESTOFAT DE LLENTIES ECOLÒGIQUES AMB VERDURES (amb ceba, pastanaga i porro)		PASTA ECOLÒGICA DE COLORS (amb blat, pastanaga ratllada i olives laminades)(sense llet ni derivats)		AMANIDA D'ESTIU (patates, tomàquet, cogombre, tonyina, ou dur i olives)		SOPA DE VERDURES (sense concentrat de brou) (sense llet ni derivats)		ARRÒS BLANC AMB VERDURES						
REMENAT D'ESPINACS AMB ENCIAM, SOJA I OLIVES		TALL RODÓ DE VEDELLA AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES		LLUÇ AMB TOMÀQUET CASOLÀ		POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES		LLOM DE BACALLÀ A LA BASCA AMB PÈSOLS (sense llet ni derivats)						
FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		GELAT SENSE LLET NI DERIVATS/ PA						
22		23		24		25		26						
MACARRONS ECOLÒGICS AMB TOMÀQUET (sense llet ni derivats)		LLENTIES ESTOFADES		PASTA AMB SALS DE TOMÀQUET (sense lactis ni derivats)		SOPA D'ARRÒS (brou de pollastre amb verdures i arròs) (sense llet ni derivats)		MONGETA VERDA AMB PATATES						
POLLASTRE A RREBOSSAT CASOLA (sense llet ni derivats) A LA PLANXA I ENCIAM, COGOMBRE I CEBA		TRUITA PAISANA AMB ENCIAM, PASTANAGA I SOJA		FILET DE GALL (peix) A LA PLANXA AMB ENCIAM, API I BLAT DE MORO		MANDONGUILLES DE VEDELLA (sense llet ni derivats) ESTOFADES AMB XAMPINYONS		GALL D'INDI AMB PATATES XIPS						
FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		IOGURT DE SOJA/ PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA						
29		30		31										
ARRÒS BLANC ECOLÒGIC AMB SALS DE TOMÀQUET		ESPAGUETIS ECOLÒGICS AMB POLLASTRE (sense llet ni derivats)		COLIFLOR AMB PATATES BULLIDES										
TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE		FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES		PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES										
FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA ECOLÒGICA / PA										

MAIG 2017		DINARS SENSE LLEGUMS		CATSCHOOL	
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	
FESTA 	2 FESTA	3 ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET	4 BRÒQUIL NATURAL AMB PATATA	5 CREMA DE VERDURES	
		TRUITA D'ESPINACS AMB ENCIAM I PASTANAGA	FRICANDÓ DE VEDELLA AMB SOFREGIT (sense patata ni pèsols)	PEIX DE TEMPORADA I TOMÀQUET AMB AMANIDA DE ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE	
		FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	LÀCTIC SOSTENIBLE / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	
	8	9	10	11	12
BLEDES AMB PATATES	RISOTTO DE XAMPINYONS	FUSILI AMB TOMÀQUET	CREMA DE VERDURES NATURALS	BROU DE VERDURES I POLLASTRE (sense concentrat de brou)	
CARN MAGRA DE PORC A LA PLANXA AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES	FILET D'HALIBUT AMB ALL I JULIVERT AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES	TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM, PASTANAGA I COL LLOMBARDA	PEIX DE TEMPORADA AMB TOMÀQUET AMANIT	PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM, PASTANAGA I FORMATGE	
FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	LÀCTIC SOSTENIBLE / PA I PA INTEGRAL	FRUITA ECOLÒGICA / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	
15	16	17	18	19	
CREMA DE VERDURES (sense llegums)	PASTA ECOLÒGICA DE COLORS (amb blat, pastanaga ratllada i olives laminades)	AMANIDA D'ESTIU (patates, tomàquet, cogombre, tonyina, ou dur i olives) (sense llegums)	SOPA DE VERDURES (sense concentrat de brou)	ARRÒS BLANC AMB VERDURES	
REMNAT D'ESPINACS AMB ENCIAM I OLIVES	TALL RODÓ DE VEDELLA AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES	LLUÇ AMB TOMÀQUET CASOLÀ (sense llegums)	POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES	LLOM DE BACALLÀ AMB SALSA (sense pèsols)	
FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	GELAT / PA I PA INTEGRAL	
22	23	24	25	26	
MACARRONS ECOLÒGICS AL FORMATGE	ESTOFAT DE PATATES (sense llegums ni derivats)	PASTA AMB TOMÀQUET	SOPA D'ARRÒS (brou de pollastre amb verdures i arròs) (sense concentrat de brou)	BLEDES AMB PATATES	
POLLASTRE EMPANAT CASOLA I ENCIAM, COGOMBRE I CEBA	TRUITA PAISANA AMB ENCIAM I PASTANAGA	FILET DE GALL (peix) A LA PLANXA AMB ENCIAM, API I BLAT DE MORO	CARN MAGRA DE VEDELLA (sense soja) ESTOFADES AMB XAMPINYONS	GALL D'INDI A LA PLANXA AMB PATATES	
FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	LÀCTIC SOSTENIBLE / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	
29	30	31			
ARRÒS BLANC ECOLÒGIC AMB SALSA DE TOMÀQUET	ESPAGUETIS ECOLÒGICS AMB POLLASTRE I FORMATGE	COLIFLOR AMB PATATES BULLIDES			
TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE	FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES	PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES			
FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL	FRUITA ECOLÒGICA / PA I PA INTEGRAL			

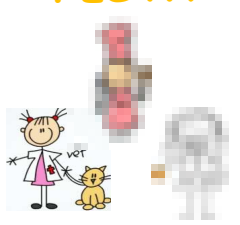
MAIG 2017 DINARS SENSE LLEGUMS, CACAUETS I NOUS				
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
FESTA 	2 FESTA	3 ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET	4 BRÒQUIL NATURAL AMB PATATA	5 CREMA DE VERDURES
		TRUITA D'ESPINACS AMB ENCIAM I PASTANAGA	FRICANDÓ DE VEDELLA AMB SOFREGIT (sense patata ni pèsols)	PEIX DE TEMPORADA I TOMÀQUET AMB AMANIDA DE ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE
		FRUITA DEL TEMPS / PA	LÀCTIC SOSTENIBLE / PA	FRUITA DEL TEMPS / PA
	8	9	10	11
BLEDES AMB PATATES	RISOTTO DE XAMPINYONS	FUSILI AMB TOMÀQUET	CREMA DE VERDURES NATURALS	BROU DE VERDURES I POLLASTRE (sense concentrat de brou)
CARN MAGRA DE PORC A LA PLANXA AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES	FILET D'HALIBUT AMB ALL I JULIVERT AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES	TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM, PASTANAGA I COL LLOMBARDA	PEIX DE TEMPORADA AMB TOMÀQUET AMANIT	PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM, PASTANAGA I FORMATGE
FRUITA DEL TEMPS / PA	LÀCTIC SOSTENIBLE / PA	FRUITA ECOLÒGICA / PA	FRUITA DEL TEMPS / PA	FRUITA DEL TEMPS / PA
15	16	17	18	19
ESTOFAT DE LLENTIES ECOLÒGIQUES AMB VERDURES (amb ceba, pastanaga i porro)	PASTA ECOLÒGICA DE COLORS (amb blat, pastanaga ratllada i olives laminades)	AMANIDA D'ESTIU (patates, tomàquet, cogombre, tonyina, ou dur i olives) (sense llegums)	SOPA DE VERDURES (sense concentrat de brou)	ARRÒS BLANC AMB VERDURES
REMENAT D'ESPINACS AMB ENCIAM I OLIVES	TALL RODÓ DE VEDELLA AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES	LLUÇ AMB TOMÀQUET CASOLÀ (sense llegums)	POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES	LLOM DE BACALLÀ AMB SALSA (sense pèsols)
FRUITA DEL TEMPS / PA	FRUITA DEL TEMPS / PA	FRUITA DEL TEMPS / PA	FRUITA DEL TEMPS / PA	GELAT / PA
22	23	24	25	26
MACARRONS ECOLÒGICS AL FORMATGE	ESTOFAT DE PATATES (sense llegums ni derivats)	PASTA AMB TOMÀQUET	SOPA D'ARRÒS (brou de pollastre amb verdures i arròs) (sense concentrat de brou)	BLEDES AMB PATATES
POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM, COGOMBRE I CEBA	TRUITA PAISANA AMB ENCIAM I PASTANAGA	FILET DE GALL (peix) A LA PLANXA AMB ENCIAM, API I BLAT DE MORO	CARN MAGRA DE VEDELLA (sense soja) ESTOFADES AMB XAMPINYONS	GALL D'INDI A LA PLANXA AMB PATATES
FRUITA DEL TEMPS / PA	FRUITA DEL TEMPS / PA	LÀCTIC SOSTENIBLE / PA	FRUITA DEL TEMPS / PA	FRUITA DEL TEMPS / PA
29	30	31		
ARRÒS BLANC ECOLÒGIC AMB SALSA DE TOMÀQUET	ESPAGUETIS ECOLÒGICS AMB POLLASTRE I FORMATGE	COLIFLOR AMB PATATES BULLIDES		
TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE	FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES	PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES		
FRUITA DEL TEMPS / PA	FRUITA DEL TEMPS / PA	FRUITA ECOLÒGICA / PA		

MAIG 2017					DINARS SENSE OU					CATSCHOOL				
DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES						
FESTA 		2		3		4		5						
		FESTA		ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET		BRÒQUIL NATURAL AMB PATATA		AMANIDA DE MONGETES BLANQUES (tomàquet, cogombre i olives)(sense ou)						
				GALL D'INDI AMB ENCIAM, PASTANAGA I SOJA		FRICANDÓ DE VEDELLA AMB SOFREGIT I PÈSOLS (sense patata)		PEIX DE TEMPORADA I TOMÀQUET AMB ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE						
				FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL		LÀCTIC SOSTENIBLE / PA I PA INTEGRAL		FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL						
8		9		10		11		12						
CIGRONS ESTOFATS (amb sofregit casolà i xoriço, sense patata)		RISOTTO DE XAMPINYONS (sense ou)		PASTA A LA BOLONYESA (sense ou)		CREMA DE VERDURES NATURALS		BROU DE VERDURES I POLLASTRE (sense concentrat de brou)(sense ou)						
SALSITXES DE PORC A LA PLANXA AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES		FILET D'HALIBUT AMB ALL I JULIVERT AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES		GALL D'INDI AMB ENCIAM, PASTANAGA I COL LLOMBARDA		PEIX ARREBOSSAT (sense ou) AMB TOMÀQUET AMANIT		PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM, PASTANAGA I FORMATGE (sense ou)						
FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL		LÀCTIC SOSTENIBLE / PA I PA INTEGRAL		FRUITA ECOLÒGICA / PA I PA INTEGRAL		FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL		FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL						
15		16		17		18		19						
ESTOFAT DE LLENTIES ECOLÒGIQUES AMB VERDURES (amb ceba, pastanaga i porro)		PASTA ECOLÒGICA (amb gall dindi, blat, pastanaga ratllada i olives laminades)(sense ou)		AMANIDA D'ESTIU (patates, tomàquet, cogombre, tonyina i olives) (sense ou)		SOPA DE VERDURES (sense ou)		ARRÒS BLANC AMB VERDURES						
GALL D'INDI AMB ENCIAM, SOJA I OLIVES		TALL RODÓ DE VEDELLA AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES		LLUÇ AMB TOMÀQUET CASOLÀ (sense ou)		POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES		LLOM DE BACALLÀ AMB PÈSOLS (sense ou)						
FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL		FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL		FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL		FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL		GELAT SENSE OU/ PA I PA INTEGRAL						
22		23		24		25		26						
MACARRONS ECOLÒGICS AL FORMATGE (sense ou)		LLENTIES ESTOFADES		PASTA AMB SALSINA DE TOMÀQUET (sense ou)		SOPA D'ARRÒS (brou de pollastre amb verdures i arròs) (sense concentrat de brou)		MONGETA VERDA AMB PATATES						
POLLASTRE EMPANAT CASOLA (sense ou) I ENCIAM, COGOMBRE I CEBA		PEIX DE TEMPORADA AMB ENCIAM, PASTANAGA I SOJA		FILET DE GALL (peix) A LA PLANXA AMB ENCIAM, API I BLAT DE MORO		MANDONGUILLES DE VEDELLA ESTOFADES AMB XAMPINYONS		GALL D'INDI AMB PATATES XIPS						
FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL		FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL		LÀCTIC SOSTENIBLE / PA I PA INTEGRAL		FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL		FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL						
29		30		31										
ARRÒS BLANC ECOLÒGIC AMB SALSINA DE TOMÀQUET		ESPAGUETIS ECOLÒGICS AMB POLLASTRE I FORMATGE (sense ou)		COLIFLOR AMB PATATES BULLIDES										
LLOM DE PORC AMB ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE		FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES		PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES										
FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL		FRUITA DEL TEMPS / PA I PA INTEGRAL		FRUITA ECOLÒGICA / PA I PA INTEGRAL										

MAIG 2017 DINARS SENSE OU, FRUITS SECS I PRÉSSEC


DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
FESTA 	2	3	4	5
	FESTA	ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET	BRÒQUIL NATURAL AMB PATATA	AMANIDA DE MONGETES BLANQUES (tomàquet, cogombre i olives)(sense ou)
		GALL D'INDI AMB ENCIAM, PASTANAGA I SOJA	FRICANDÓ DE VEDELLA AMB SOFREGIT I PÈSOLS (sense patata)	PEIX DE TEMPORADA I TOMÀQUET AMB ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE
		FRUITA DEL TEMPS / PA	LÀCTIC NATURAL/ PA	FRUITA DEL TEMPS / PA
8	9	10	11	12
CIGRONS ESTOFATS (amb sofregit casolà i xoriço, sense patata)	RISOTTO DE XAMPINYONS (sense ou)	PASTA A LA BOLONYESA (sense ou)	CREMA DE VERDURES NATURALS	BROU DE VERDURES I POLLASTRE (sense concentrat de brou)(sense ou)
SALSITXES DE PORC A LA PLANXA (sense ou, ni fruits secs) AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES	FILET D'HALIBUT AMB ALL I JULIVERT AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES	GALL D'INDI AMB ENCIAM, PASTANAGA I COL LLOMBARDA	PEIX A LA PLANXA (sense ou) AMB TOMÀQUET AMANIT	PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM, PASTANAGA I FORMATGE (sense ou)
FRUITA DEL TEMPS / PA	LÀCTIC NATURAL/ PA	FRUITA ECOLÒGICA / PA	FRUITA DEL TEMPS / PA	FRUITA DEL TEMPS / PA
15	16	17	18	19
ESTOFAT DE LLENTIES ECOLÒGIQUES AMB VERDURES (amb ceba, pastanaga i porro)	PASTA ECOLÒGICA (amb gall dindi, blat, pastanaga ratllada i olives laminades)(sense ou)	AMANIDA D'ESTIU (patates, tomàquet, cogombre, tonyina i olives) (sense ou)	SOPA DE VERDURES (sense ou)	ARRÒS BLANC AMB VERDURES
GALL D'INDI AMB ENCIAM, SOJA I OLIVES	TALL RODÓ DE VEDELLA AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES	LLUÇ AMB TOMÀQUET CASOLÀ (sense ou)	POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES	LLOM DE BACALLÀ AMB PÈSOLS (sense ou)
FRUITA DEL TEMPS / PA	FRUITA DEL TEMPS / PA	FRUITA DEL TEMPS / PA	FRUITA DEL TEMPS / PA	LACTIC NATURAL/ PA
22	23	24	25	26
MACARRONS ECOLÒGICS AL FORMATGE (sense ou)	LLENTIES ESTOFADES	PASTA AMB Salsa DE TOMÀQUET (sense ou)	SOPA D'ARRÒS (brou de pollastre amb verdures i arròs) (sense concentrat de brou)	MONGETA VERDA AMB PATATES
POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM, COGOMBRE I CEBA	PEIX DE TEMPORADA AMB ENCIAM, PASTANAGA I SOJA	FILET DE GALL (peix) A LA PLANXA AMB ENCIAM, API I BLAT DE MORO	CARN MAGRA DE VEDELLA ESTOFADES AMB XAMPINYONS	GALL D'INDI AMB PATATES XIPS
FRUITA DEL TEMPS / PA	FRUITA DEL TEMPS / PA	LÀCTIC NATURAL/ PA	FRUITA DEL TEMPS / PA	FRUITA DEL TEMPS / PA
29	30	31		
ARRÒS BLANC ECOLÒGIC AMB Salsa DE TOMÀQUET	ESPAGUETIS ECOLÒGICS AMB POLLASTRE I FORMATGE (sense ou)	COLIFLOR AMB PATATES BULLIDES		
LLOM DE PORC AMB ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE	FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES	PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES		
FRUITA DEL TEMPS / PA	FRUITA DEL TEMPS / PA	FRUITA ECOLÒGICA / PA		

¹ MENÚ SENSE PRÉSSEC

MAIG 2017					DINARS SENSE PROTEINA DE LLET (amb vedella)					CATSCHOOL				
DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES						
FESTA 		2		3		4		5						
		FESTA		ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET		BRÒQUIL NATURAL AMB PATATA		AMANIDA DE MONGETES BLANQUES (tomàquet, cogombre, ou dur i olives)						
				TRUITA D'ESPINACS AMB ENCIAM, PASTANAGA I SOJA		FRICANDÓ DE VEDELLA AMB SOFREGIT I PÈSOLS (sense patata)		PEIX DE TEMPORADA I TOMÀQUET AMB ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE						
				FRUITA DEL TEMPS / PA		IOGURT DE SOJA / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA						
8		9		10		11		12						
CIGRONS ESTOFATS (amb sofregit casolà (sense patata)(sense xoriço)		ARRÒS AMB VERDURETES (sense llet ni derivats)		FUSILI A LA BOLONYESA (sense llet ni derivats)		CREMA DE VERDURES NATURALS (sense llet ni derivats)		BROU DE VERDURES I POLLASTRE (sense llet ni derivats)						
SALSITXES DE PORC A LA PLANXA (sense llet ni derivats) AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES		FILET D'HALIBUT AMB ALL I JULIVERT AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES		TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM, PASTANAGA I COL LLOMBARDA		PEIX ARREBOSSAT (sense llet ni derivats) AMB TOMÀQUET AMANIT		PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM I PASTANAGA (sense llet ni derivats)						
FRUITA DEL TEMPS / PA		IOGURT DE SOJA/ PA		FRUITA ECOLÒGICA / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA						
15		16		17		18		19						
ESTOFAT DE LLENTIES ECOLÒGIQUES AMB VERDURES (amb ceba, pastanaga i porro)		PASTA ECOLÒGICA DE COLORS (amb blat, pastanaga ratllada i olives laminades)(sense llet ni derivats)		AMANIDA D'ESTIU (patates, tomàquet, cogombre, tonyina, ou dur i olives)		SOPA DE VERDURES (sense concentrat de brou) (sense llet ni derivats)		ARRÒS BLANC AMB VERDURES						
REMNAT D'ESPINACS AMB ENCIAM, SOJA I OLIVES		TALL RODÓ DE VEDELLA AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES		LLUÇ AMB TOMÀQUET CASOLÀ		POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES		LLOM DE BACALLÀ A LA BASCA AMB PÈSOLS (sense llet ni derivats)						
FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		GELAT SENSE LLET NI DERIVATS/ PA						
22		23		24		25		26						
MACARRONS ECOLÒGICS AMB TOMÀQUET (sense llet ni derivats)		LLENTIES ESTOFADES		PASTA AMB Salsa DE TOMÀQUET (sense lactis ni derivats)		SOPA D'ARRÒS (brou de pollastre amb verdures i arròs) (sense llet ni derivats)		MONGETA VERDA AMB PATATES						
POLLASTRE A RREBOSSAT CASOLA (sense llet ni derivats) A LA PLANXA I ENCIAM, COGOMBRE I CEBA		TRUITA PAISANA AMB ENCIAM, PASTANAGA I SOJA		FILET DE GALL (peix) A LA PLANXA AMB ENCIAM, API I BLAT DE MORO		MANDONGUILLES DE VEDELLA (sense llet ni derivats) ESTOFADES AMB XAMPINYONS		GALL D'INDI AMB PATATES XIPS						
FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		IOGURT DE SOJA/ PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA						
29		30		31										
ARRÒS BLANC ECOLÒGIC AMB Salsa DE TOMÀQUET		ESPAGUETIS ECOLÒGICS AMB POLLASTRE (sense llet ni derivats)		COLIFLOR AMB PATATES BULLIDES										
TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM, OLIVES I COGOMBRE		FILET DE LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES		PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES										
FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA DEL TEMPS / PA		FRUITA ECOLÒGICA / PA										

RECOMANACIONS SOPARS



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	2 PÈSOLS SALTEJATS I REMENAT D'OU	3 CREMA DE PORRO I GALL D' INDI	4 PASTA AMB VERDURES I PEIX BLAU AL FORN	5 COLIFLOR AMB BEIXAMEL I CONILL
8	9	10	11	12
BROU DE VERDURA I LLOM DE POLLASTRE A LA PLANXA	ESPIRALS AMB TOMÀQUET I REMENAT D'OU	BLEDES AMB PATATA I VEDELLA	SOPA D'AU AMB VERDURES I GALL D'INDI AMB ENCIAM	VERDURES AL VAPOR I PIZZA CASOLANA
15	16	17	18	19
ARRÒS AMB TOMÀQUET I PEIX BLAU	CREMA DE CARBASSA I TONYINA A LA PLANXA	PASTA AMB VERDURETES I POLLASTRE ARREBOSSAT	PÈSOLS AMB PERNIL I REMENAT D'OU	CREMA DE VERDURES I CONILL AMB PASTANAGA
22	23	24	25	26
ARRÒS AMB PÈSOLS I TRUITA DE PERNIL	PURÉ DE CARBASSA I CONILL	AMANIDA DE PATATA I CAP DE LLOM	ESPIRALS AMB VERDURES I LLUÇ	SOPA DE PEIX I CROQUETES
29	30	31		
CREMA DE CARBASÓ I RAP	BROU AMB ARRÒS I HAMBURGUESA VEGETAL	PASTA SALTEJADA AMB VERDURES I LLOM DE PORC		

Maribel Martínez García
Membre de l'ACDN
(Associació Catalana de Dietistes
i Nutricionistes)
i la FEDN (Fundación Española de Dietistas y
Nutricionistas
amb número CAT000235