

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

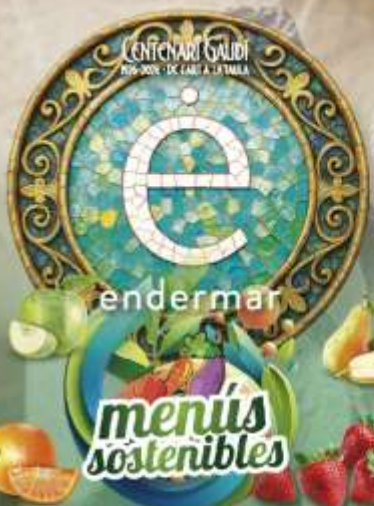
DIIJOURS

DIVENDRES



# COL·LEGI ABAT – OLIBA SPÍNOLA

## BASAL INFANTIL



### Abril

#### ABRIL DE GAUDÍ!

Cavallers i princeses! ✨  
Abril comença amb les vacances de Setmana Santa. El 23, celebrem Sant Jordi: el cavaller valent que va vèncer el drac i va regalar una rosa vermella a la princesa!  
El nostre menú és un trencadís de colors!  
Gaudim de maduixes i espàrrecs i celebrem amb llibres i el Pastís de Sant Jordi!

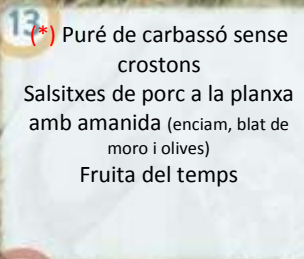
Bona Diada!

Hola, soc **CAROTET!**  
A l'abril, mengem sa i llegim molt i celebrem Sant Jordi amb alegria!

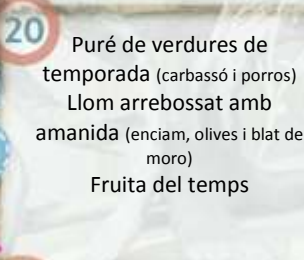
**Bons Habits!** Concerca amb respecte, fent torn de paraula: escollir els companys, construir amistats i un menjador tranquil.



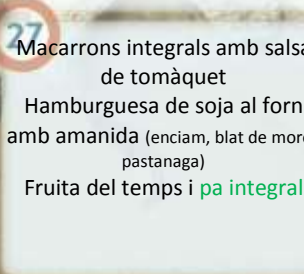
7 Espirals amb tomàquet  
San jacobó d'au amb verdures saltades (ceba i carbassó)  
Fruita del temps



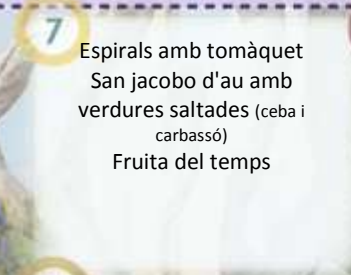
13 Puré de carbassó sense crostons  
Salsitxes de porc a la planxa amb amanida (enciam, blat de moro i olives)  
Fruita del temps



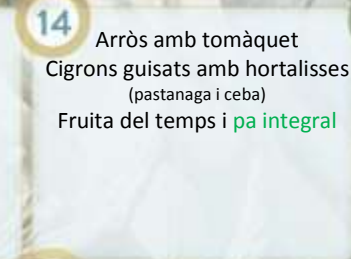
20 Puré de verdures de temporada (carbassó i porros)  
Llom arrebossat amb amanida (enciam, olives i blat de moro)  
Fruita del temps



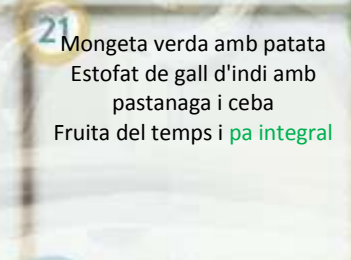
27 Macarrons integrals amb salsa de tomàquet  
Hamburguesa de soja al forn amb amanida (enciam, blat de moro i pastanaga)  
Fruita del temps i **pa integral**



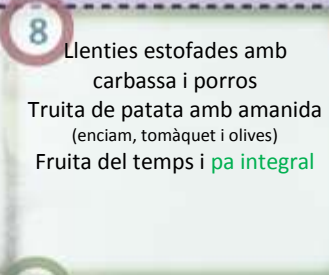
14 Arròs amb tomàquet  
Cigrons guisats amb hortalisses (pastanaga i cebes)  
Fruita del temps i **pa integral**



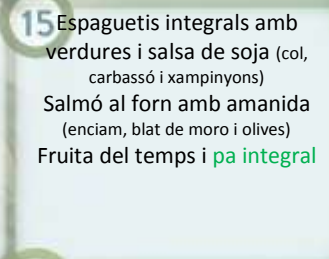
21 Mongeta verda amb patata  
Estofat de gall d'indi amb pastanaga i cebes  
Fruita del temps i **pa integral**



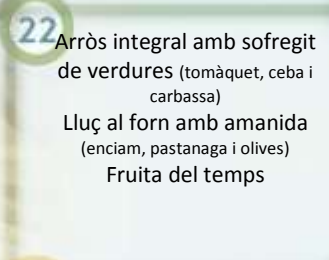
28 Trinxat de verdures (bròquil i patata)  
Estofat de vedella amb xampinyons i pastanaga  
Fruita del temps



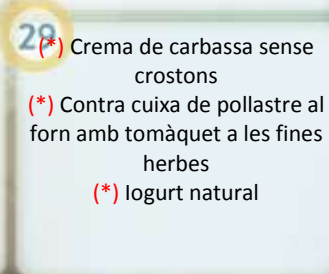
8 Llenties estofades amb carbassa i porros  
Trita de patata amb amanida (enciam, tomàquet i olives)  
Fruita del temps i **pa integral**



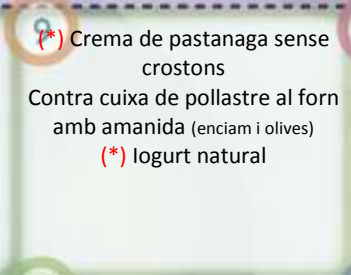
15 Espaguetis integrals amb verdures i salsa de soja (col, carbassó i xampinyons)  
Salmó al forn amb amanida (enciam, blat de moro i olives)  
Fruita del temps i **pa integral**



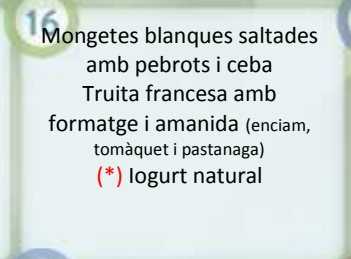
22 Arròs integral amb sofregit de verdures (tomàquet, cebes i carbassa)  
Lluç al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives)  
Fruita del temps



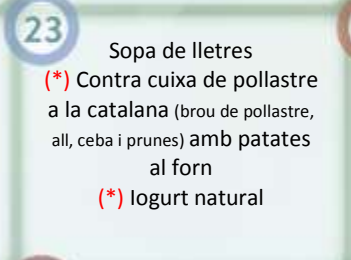
29 Crema de carbassa sense crostons  
Contra cuixa de pollastre al forn amb tomàquet a les fines herbes  
Fruita del temps i **logurt natural**



9 Crema de pastanaga sense crostons  
Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida (enciam i olives)  
Fruita del temps i **logurt natural**



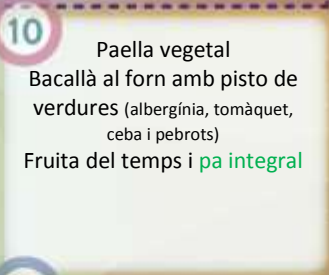
16 Mongetes blanques saltades amb pebrots i cebes  
Trita francesa amb formatge i amanida (enciam, tomàquet i pastanaga)  
Fruita del temps i **logurt natural**



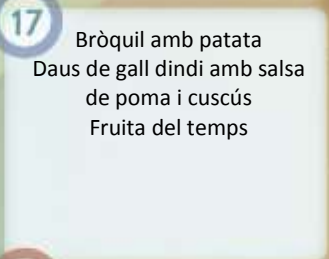
23 Sopa de lletres  
Contra cuixa de pollastre a la catalana (brou de pollastre, all, cebes i prunes) amb patates al forn  
Fruita del temps i **logurt natural**



10 Paella vegetal  
Bacallà al forn amb pisto de verdures (albergínia, tomàquet, cebes i pebrots)  
Fruita del temps i **pa integral**



17 Bròquil amb patata  
Daus de gall d'indi amb salsa de poma i cuscús  
Fruita del temps



24 Cigrons guisats amb porros i pastanaga  
Trita de carbassó amb amanida (enciam, tomàquet i olives)  
Fruita del temps i **pa integral**

### LLIURE DISPOSICIÓ



EN TOTS ELS ÀPATS S'INCLOU PA I AIGUA

Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 3-8 anys: Primera setmana 570 kcal, HC 66g, Lip. 18g, Prot. 36g – Segona setmana 591 kcal, HC 69g, Lip. 18.5g, Prot. 37g – Tercera setmana 581 kcal, HC 68g, Lip. 18g, Prot. 36.7g – Quarta setmana 595 kcal, HC 68g, Lip. 19g, Prot. 38g. Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 9-13 anys: Primera setmana 738 kcal, HC 81g, Lip. 26g, Prot. 45g – Segona setmana 743 kcal, HC 78g, Lip. 27g, Prot. 47g – Tercera setmana 737 kcal, HC 79g, Lip. 26g, Prot. 46.7g – Quarta setmana 739 kcal, HC 77.8g, Lip. 28g, Prot. 43.9g.

Menús supervisats per  
Dietista-Nutricionista  
Col·legiada nºCAT002423

ELABORACIÓ CASOLANA