

MENÚ DEL MES

- MAIG 2023 -

1. En cas d'alguns imprevistos, ens podem veure obligats a modificar aquest menú sense previ avís
2. En el cas de que a l'infant, per recomanació del pediatra, encara no hagi introduït algun aliment, (vedella, peix...etc) seguirem les pautes establertes per les famílies
3. És important que es comenci la introducció dels nous aliments a casa
4. *Les amanides i les verdures al forn o a la planxa són sempre d'acompanyament per crear l'hàbit saludable*
5. Les amanides i verdures al forn o planxa, així com els triturats dels petits estan amanits amb oli d'oliva extra verge
6. La fruita és de temporada

GRANS MAIG

<p>DILLUNS 1</p> <p>FESTIU</p>	<p>DIMARTS 2</p> <ul style="list-style-type: none"> -Llenties estofades amb verdures i quinoa -Quiche -iogurt 	<p>DIMECRES 3</p> <ul style="list-style-type: none"> -Crema de naps i xirivies -Lluç enfarinat -Poma al forn 	<p>DIJOUS 4</p> <ul style="list-style-type: none"> -Sopa de fideus -Rollets de pollastre amb formatge i patates, pastanaga i xirimoia al vapor -Pera 	<p>DIVENDRES 5</p> <p><i>Amanida verda amb olives, blat de moro i pastanaga ratllada</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Macarrons amb carn -Gelatina de taronja
<p>DILLUNS 8</p> <ul style="list-style-type: none"> --Crema de pastanaga -Llenguado al forn amb ceba i tomàquet i patates al vapor -Formatge batut amb iogurt i melmelada 	<p>DIMARTS 9</p> <ul style="list-style-type: none"> -<i>Amanida d'enciam amb varat</i> -Mongetes blanques guisades amb carbassa i verdures -Mandarina 	<p>DIMECRES 10</p> <ul style="list-style-type: none"> -Vichisoise - Truita de patates amb ceba -Crema de plàtan 	<p>DIJOUS 11</p> <p><i>Amanida de tomàquet amb alvocat i formatge fresc</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Arròs a la cassola amb verdures i pollastre -iogurt 	<p>DIVENDRES 12</p> <ul style="list-style-type: none"> -Sopa d'estrelles -Galtes de porc amb patates fregides -Pinya en el seu suc
<p>DILLUNS 15</p> <p><i>Amanida verda amb olives i blat de moro</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Cigrons amb bacallà i bledes -iogurt 	<p>DIMARTS 16</p> <ul style="list-style-type: none"> -Sopa de fideus -Mandonguilles de vedella i espinacs amb arròs blanc i salvatge -Rodanxes de taronja 	<p>DIMECRES 17</p> <p><i>Amanida verda amb pernil dolç i formatge</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Pastis de peix -Pera 	<p>DIJOUS 18</p> <ul style="list-style-type: none"> -Crema de carbassa -Estofat de conill amb xampinyons i pèsols -Formatge fresc amb melmelada 	<p>DIVENDRES 19</p> <p><i>Amanida verda amb olives i pastanaga ratllada</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Fideus caldosos amb pollastre i mongeta vermella -Poma al forn
<p>DILLUNS 22</p> <p><i>Hummus de llenties vermelles</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Estofat de sèpia -Poma al forn 	<p>DIMARTS 23</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de carbassó -Llom arrebossat amb patates fregides -Crema de plàtan 	<p>DIMECRES 24</p> <ul style="list-style-type: none"> -Cigrons caldosos amb sofregit de ceba i tomàquet -Truita a la francesa -iogurt 	<p>DIJOUS 25</p> <ul style="list-style-type: none"> -Sopa d'estrelles -Brandada de bacallà -Formatge batut amb iogurt i melmelada 	<p>DIVENDRES 26</p> <p><i>Amanida verda amb olives, blat de moro i pastanaga ratllada</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Espaguetis amb carn -Gelatina de taronja
<p>DILLUNS 29</p> <p>FESTIU</p>	<p>DIMARTS 30</p> <ul style="list-style-type: none"> -Sopa de fideus -Llenguadina amb samfaina -Pera 	<p>DIMECRES 31</p> <ul style="list-style-type: none"> -<i>Pastanaga ratllada amb blat de moro</i> -Pollastre al forn amb patates al caliu i rotllos de carbassó -Mandarina 		



PETITS MAIG

<p>DILLUNS 1</p> <p>FESTIU</p>	<p>DIMARTS 2</p> <p>-Patates, pastanagues, porros, lleties, carbassons i gall dindi</p>	<p>DIMECRES 3</p> <p>-Naps, xirivies, patates i ceba amb lluç</p>	<p>DIJOUS 4</p> <p>-Patates, carbassons, pastanagues i bròquil amb pollastre</p>	<p>DIVENDRES 5</p> <p>-Carbassa , porros, pastanagues i patates amb vedella</p>
<p>DILLUNS 8</p> <p>-Sèmola d'arròs amb llenguado</p>	<p>DIMARTS 9</p> <p>-Patates pastanagues, ceba i tomàquet amb mongeta blanca</p>	<p>DIMECRES 10</p> <p>-Pastanagues, carbassó, patates i porro amb ou bullit</p>	<p>DIJOUS 11</p> <p>Patates, mongetes verdes, pastanagues i bròquil amb pollastre</p>	<p>DIVENDRES 12</p> <p>-Patates, carbassons, ceba i quinoa amb porc</p>
<p>DILLUNS 15</p> <p>-Ceba, pastanagues, patates, tomàquets i cigrons amb bacallà</p>	<p>DIMARTS 16</p> <p>Mongetes verdes , patates , porros, tomàquets amb vedella</p>	<p>DIMECRES 17</p> <p>-Carbassa, porros, pastanagues i patates amb lluç</p>	<p>DIJOUS 18</p> <p>-Mongetes verdes, pastanagues, patates i bròquil amb conill</p>	<p>DIVENDRES 19</p> <p>-Mongetes verdes, moniatos, pastanagues i ceba amb pollastre</p>
<p>DILLUNS 22</p> <p>- Carbassons, patates, carbassa i porros amb lleties vermelles</p>	<p>DIMARTS 23</p> <p>-Patates, mongetes verdes, ceba i quinoa amb porc</p>	<p>DIMECRES 24</p> <p>-Pastanagues, carbassó, patates i porro amb truita a la francesa</p>	<p>DIJOUS 25</p> <p>-Carbassons , porros, pastanagues i patates amb bacallà</p>	<p>DIVENDRES 26</p> <p>-Naps, xirivies, patates i ceba amb vedella</p>
<p>DILLUNS 29</p> <p>FESTIU</p>	<p>DIMARTS 30</p> <p>-Sèmola d'arròs amb llenguadina</p>	<p>DIMECRES 31</p> <p>-Carbassons, patates, ceba, tomàquets i pollastre</p>		



BERENARS MAIG

<p>DILLUNS 1</p> <p>FESTIU</p>	<p>DIMARTS 2</p> <p>Pa integral amb pernil salat Poma en llesques Aigua</p>	<p>DIMECRES 3</p> <p>Pa integral amb xocolata 70% de cacau Llet</p>	<p>DIJOUS 4</p> <p>Pa integral amb tomàquet i gall dindi Macedònia de fruites Aigua</p>	<p>DIVENDRES 5</p> <p>Galetes casolanes d'avena i plàtan Llet</p>
<p>DILLUNS 8</p> <p>Pa integral amb tomàquet i gall dindi Plàtan Aigua</p>	<p>DIMARTS 9</p> <p>Torrada de pa integral amb alvocat i pernil salat Pinya en el seu suc Aigua</p>	<p>DIMECRES 10</p> <p>Pizza casolana Aigua</p>	<p>DIJOUS 11</p> <p>Pa integral amb gall dindi Poma en llesques Aigua</p>	<p>DIVENDRES 12</p> <p>Pa integral amb crema de cacauet Llet</p>
<p>DILLUNS 15</p> <p>Pa integral amb xocolata 70% de cacau Mandarina Aigua</p>	<p>DIMARTS 16</p> <p>Cereals de blat de moro sense sucre amb llet</p>	<p>DIMECRES 17</p> <p>Pa integral amb oli d'oliva Formatge batut amb iogurt i mermelada</p>	<p>DIJOUS 18</p> <p>Pa integral amb pernil dolç Gelatina de taronja</p>	<p>DIVENDRES 19</p> <p>Magdalenes casolanes amb poma Aigua</p>
<p>DILLUNS 22</p> <p>Pa integral amb tomàquet i gall dindi Llet</p>	<p>DIMARTS 23</p> <p>Pa integral amb formatge Pinya en el seu suc Aigua</p>	<p>DIMECRES 24</p> <p>Pa de motllo amb crema de cacauet Llet</p>	<p>DIJOUS 25</p> <p>Creps de formatge i pernil dolç Aigua</p>	<p>DIVENDRES 26</p> <p>Pa integral amb tomàquet i pernil salat Macedònia de fruites</p>
<p>DILLUNS 29</p> <p>FESTIU</p>	<p>DIMARTS 30</p> <p>Pa integral amb gall dindi Poma en llesques Aigua</p>	<p>DIMECRES 31</p> <p>Cereals de blat de moro sense sucre amb llet</p>		

