

Sense carn



Abril



dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

	<p>6 Arròs saltejat amb pastanaga, ceba i xampinyons</p> <p>Truita de patata amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p>7 Crema de carbassó (carbassó, patata, ceba i llet de granja)</p> <p>Peix S/M a la planxa amb enciam, llombarda i pastanaga</p> <p>logurt i pa integral</p>	<p>8 Macarrons amb salsa de tomàquet i xampinyons</p> <p>Lluç al forn amb all i julivert amb escarola i olives</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p>9 Cigrons estofats s/f.secs (ceba, patata, tomàquet, llozer, pebrot, herbes provençals)</p> <p>Truita francesa amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita i pa integral</p>
<p>12 Crema de pastanaga (pastanaga, patata, ceba i llet de granja)</p> <p>Peix S/M a la planxa amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p>13 Sopa de verdures amb mill (api, aigua, mill, ceba, pebrot, patates, coliflor, porro, pastanaga)</p> <p>Estofat de seitán amb verdures (tomàquet, ceba, mongetes verdes i pastanaga)</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p>14 Arròs amb tomàquet</p> <p>Salmó al forn amb all i julivert i enciam i pastanaga</p> <p>logurt i pa integral</p>	<p>15 Bròquil i patata</p> <p>Llenties estofades amb arròs (arròs, pebrot, tomàquet, ceba i herbes provençals)</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p>16 Mongetes verdes i patata</p> <p>Remenat d'ou i xampinyons amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita i pa integral</p>
<p>19 Crema de verdures (espinacs, patata, ceba i llet de granja)</p> <p>Hamburguesa de coliflor i formatge amb escarola i pastanaga</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p>20 Mongetes blanques estofades s/f.secs (patata, pebrot, tomàquet, ceba, herbes provençals)</p> <p>Truita francesa amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p>21 Arròs amb verdures s/f.secs (ceba, tomàquet, albergínia, pastanaga, mongetes verdes)</p> <p>Lluç al forn amb enciam i olives</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p>22 Pèsols i patata</p> <p>Cranc arrebossat amb guarnició</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p>23 SANT JORDI Sopa de verdures amb lletres (api, aigua, pasta, ceba, pebrot, patates, coliflor, porro, pastan.)</p> <p>Peix S/M al forn amb sang de drac (salsa de tomàquet)</p> <p>Pastís i pa integral</p>
<p>26 Espaguetis a la bolonyesa vegetal (tomàquet, ceba i soja texturitzada)</p> <p>Truita de formatge amb enciam, llombarda i pastanaga</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p>27 Coliflor i patata</p> <p>Llenties estofades (arròs, pebrot, tomàquet, ceba i herbes provençals)</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p>28 Crema de xampinyons (xampinyons, patata, ceba i llet de granja)</p> <p>Bacallà arrebossat amb enciam i pastanaga</p> <p>logurt i pa integral</p>	<p>29 Arròs integral 3 delícies vegetal (pèsols, pastanaga i blat de moro)</p> <p>Estofat de tofu amb verdures (tomàquet, ceba, mongetes verdes i pastanaga)</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p>30 Minestra verdures (mongetes verdes, patata, pèsols i pastanaga)</p> <p>Hamburguesa de cigrons, pastanaga i arròs casolana amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita i pa integral</p>

Els nostres menús estan supervisats per un dietista - nutricionista col·legiat (Núm. CAT1031) i corresponen a les recomanacions de la Generalitat de Catalunya per a una alimentació saludable a l'etapa escolar. Els nostres menús estan elaborats amb oli d'oliva i amb aliments de proximitat. En el cas dels llegums, arròs i pasta, a més, són de producció ecològica certificats pel CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica). Les postres làcties són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral. Els al·lèrgens es troben indicats a les fitxes tècniques.

RSIPAC: 26.06772/CAT RGSEAA: 26.12608/B



ROCA
GASTRONOMIA COL·LECTIVA
GONZALEZ

