



# MENÚ MARÇ 2023

ESPECIAL AL·LÈRGIA OUS I DERIVATS

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1 de març		2 de març		3 de març	
LLENTIES ESTOFADES <i>lletia verdina, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet natural i pastanaga</i>		AMANIDA DE FRUITS SECS <i>enciam, tomàquet xerri, pipes de girasol i nous</i>		HUMMUS DE CIGRONS AMB PA INTEGRAL <i>cigrons, all, llimona, oli d'oliva, tahina i pa integral</i>	
BISTEC AMB AMANIDA DE TOMÀQUET <i>carn de vedella, tomàquet, cogombre i olives</i>		MANDONGUILLES VEGETALS A LA JARDINERA AMB PÈSOLS I XAMPINYONS <i>preparat vegetal, pastanaga, pèsols, ceba, xampinyons i tomàquet</i>		MACARRONS AMB TOMÀQUET I VERDURES <i>pasta seca integral, tomàquet triturat, ceba, i all</i>	
TARONJA		POMA		KIWI	
6 de març		7 de març		8 de març	
AMANIDA DE L'HORT <i>enciam romà, tomàquet, cogombre, pastanaga, blat de moro i olives</i>		CREMA DE XAMPINYONS <i>xampinyons, ceba, porro, patata, carabassó i pastanaga</i>		AMANIDA DE CIGRONS <i>cigrons, cogombre, alvocat i tomàquet xerri</i>	
CALAMARS AMB SALSINA I ARRÒS BASMATI <i>calamars, ceba, porro, all, pastanaga, tomàquet triturat, brou de verdures i arròs basmati</i>		CONILL AL ALL AMB EDAMMAME <i>conill, all i edammame</i>		SALSITXES D'HEURA AMB SALSINA DE TOMÀQUET <i>preparat d'heura, tomàquet, ceba, all i pebrot verd</i>	
IOGURT NATURAL		POMA		TARONJA	
13 de març		14 de març		15 de març	
ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET <i>pasta seca vegetal, tomàquet, ceba, all, pastanaga, carabassó i albergínia</i>		FESOLS AMB ARRÒS <i>arròs, fesols, ceba, all, pebrot vermell i tomàquet</i>		LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES <i>lletia pardina ecològica del Prat, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet natural i pastanaga</i>	
HAMBURGUESA DE SEITAN I SHITAKE AMB PATATES XIP <i>preparat de seitan i shitake i patates xip</i>		LLUÇ AMB SALSINA VERDA AMB AMANIDA DE COGOMBRE <i>lluç, ceba, porro, all, pèsols, julivert, enciam romà i cogombre</i>		WOK DE VERDURES AMB GALL DINDI <i>gall dindi, pebrot vermell, pebrot verd, ceba, carabassó i edammame</i>	
POMA		IOGURT NATURAL		PLÀTAN	
20 de març		21 de març		22 de març	
MONGETA VERDA I PATATA <i>mongeta verda i patata</i>		NACHOS AMB GUACAMOLE <i>alvocat, ceba, tomàquet natural, llimona, oli d'oliva verge, sal i triangles de blat de moro</i>		ESPIRALS AMB PESTO <i>pasta seca, salsa pesto i formatge edam</i>	
BACALLÀ AMB TOMÀQUET I VARIAT D'ENCIAMIS <i>bacallà, tomàquet triturat, ceba, all, julivert, enciam trocadero, fulla de roure i romà</i>		LLENTIES AMB ARRÒS <i>lletia castellana, arròs integral, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet triturat, pastanaga i brou de verdures</i>		BOTIFARRA AMB MONGETA BLANCA AMB ENCIAM I PASTANAGA <i>botifarra, mongeta blanca cuita, all, julivert, enciam iceberg i pastanaga</i>	
IOGURT NATURAL		TARONJA		PERA	
27 de març		28 de març		29 de març	
WOK DE VERDURES I EDAMMAME <i>pebrot vermell, pebrot verd, ceba, carabassó i edammame</i>		CREMA DE PASTANAGA <i>pastanaga natural, ceba, porro, all i patata</i>		AMANIDA DE L'HORT <i>enciam romà, tomàquet, cogombre, pastanaga, blat de moro i olives</i>	
SOPA DE PEIX AMB ARRÒS <i>rap, lluç, gambes, sèpia, ceba, porro, pebrot vermell, api, nap, xirivía i arròs</i>		GRATEN DE LLENTIES AMB CARABASSÓ I ALBERGÍNIA <i>lletia vermella ecològica, carabassó, albergínia, tomàquet, ceba, all, pastanaga, alfàbrega i mescla de formatges</i>		POLLASTRE AMB YAKISOBA <i>pit de pollastre, ceba, pastanaga, carabassó, sésam, soja i fideus de farina de blat</i>	
IOGURT NATURAL AMB NOUS		POMA		PERA	
30 de març		31 de març		31 de març	
BLEDES I PATATES SALTEJADA AMB ALL <i>bledes, patates, all, julivert i oli d'oliva verge</i>		CARABASSO FARCIT DE PERNIL DOLÇ AMB AMANIDA DE TOMÀQUET, CEBÀ I OLIVES <i>pernil dolç, carabassó, ceba, tomàquet natural i olives</i>		"COCIDO" MADRILENY <i>api, nap, patata, col, xirivía, pastanaga, cigrons, xoriço, carn de porc, pollastre, fideus i carn de vedella</i>	
PLÀTAN		PLÀTAN		BROWNE	

## Menú vegà



## Producte ecològic i de proximitat



## Producte integral



## Dia especial Joan Miró



MADRID

Dr. Cristian Didier Hernández

Dietista - Nutricionista

Col: CAT000694

S'ofereix pa integral en cada àpat

L'oli per amanir és d'oliva verge i per cuinar oli d'oliva



Disanta Nutrición SL

Alcalde Porqueras 74

25006 Lleida