MENÚ ABRIL 2025

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 d'abril	2 d'abril	3 d'abril	4 d'abril
	TRINTXAT	ARRÒS AMB TOMÀQUET	MONGETA VERDA SALTEJADA AMB ALL I PATATES	GAZPATXO
	patata, col i all	*arròs i tomàquet triturat*	*mongeta verda , all, julivert, oli d'oliva verge i patates*	*tomàquet natural, all, ceba, pebrot verd, pebrot vermell, cogombre, oli d'oliva verge, sal i vinagre de vi*
	LLENTIES ESTOFADES	TRUITA DE MONGETES SEQUES AMB COGOMBRE	ALETES DE POLLASTRE AMB AMANIDA VARIADA	SALTXIXTES AMB ESPIRALS ENCIAM I PASTANAGA
	llentia castellana, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet triturat, pastanaga i brou de verdures	*ou pasteuritzat, mongeta blanca cuita, all, julivert i cogombre*	*pollastre, enciam iceberg, pastanaga i blat de moro*	*carn de porc , enciam, pasta seca, iceberg i pastanaga*
	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS
		I PER SOPAR...		
	Carn blanca (pollastre, gall dindi) amb hortalisses/verdures de temporada (espàrrecs, col de brusseles, bròcoli, tomàquet, pastanaga) + cereal integral (quinoa, pa)	*Peix blau (salmó, tonyina, sardina) + patates o moniato + hortalisses/verdures crues (canonges, tomàquet, pebrot)*	*Peix blanc (daurada, bacallà, lluç) + arròs + hortalisses de temporada (espàrrec, espinàc, col de brusseles, bròcoli, pastanaga, tomàquet)*	*Ou + hortalisses/verdures de temporada (truita de carxofes o de bròcoli) + cereal integral (pa, arròs, quinoa)*
7 d'abril	8 d'abril	9 d'abril	10 d'abril	11 d'abril
LLACETS AMB TOMÀQUET I ALFÀBREGA	EMPEDRAT DE MONGETA	CREMA DE CARABASSÓ	GRATEN DE LLENTIES	**MENÚ XINA** ARRÒS TRES DELÍCIES
pasta seca, tomàquet, alfàbrega, olives i ceba	*mongeta blanca, tomàquet natural i olives*	*carabassó, porro, patata, pastanaga i ceba*	*llenties, tomàquet, ceba, all, pastanaga, alfàbrega i mescla de formatges*	*arròs, ou liquid pasteuritzat, pèsols, pernil dolç i soja*
HUMMUS DE CIGRONS AMB CRUDITES	REMENAT D'OU AMB XAMPINYONS SALTEJATS	CALAMARCETS AMB SALSA I COGOMBRE AMANIT	ACOMPANYAMENT AMANIDA VERDA	POLLASTRE AMB LLIMONA AMB AMANIDA DE COL
cigrons, all, llimona, oli d'oliva, tahina, pastanaga i api	*ou liquid pasteuritzat, xampinyons, all i julivert*	*all, tomàquet, ceba, carn de nyora, calamars i cogombre*	*enciam romà, cogombre, pastanaga i olives*	*pollastre, llimona, farina de blat, brou de verdures, col, col lombarda, pastanaga i ceba*
FRUITA DEL TEMPS	IOGURT NATURAL AMB NOUS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS
		I PER SOPAR...		
Peix blau (salmó, tonyina) + cereal (cuscús, arròs, pa)+ hortalisses de temporada (espàrrecs, pastanaga).	*Sopa o pasta + hortalisses/verdura de temporada (crema de carbassó) i fruits secs*	*Ou + tubercle (truita de patates) + hortalisses/verdures de temporada (cruciferes= col de brusseles, bròcoli) o mongeta o blèdes amb patata*	*Consomé amb farinacis (dàus de pa, fideus) + Carn blanca (gall dindi, pollastre, conill) + hortalisses/verdures de temporada (saltejades)*	*Ou (a la planxa, remenat) + cereal integral(arròs, quinoa, pa) + hortalisses de temporada (crema de verdures)*
14 d'abril	15 d'abril	16 d'abril	17 d'abril	18 d'abril
21 d'abril	22 d'abril	23 d'abril	24 d'abril	25 d'abril
	LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS	BRÒQUIL AMB PATATA	CIGRONS AMB TOMÀQUET	AMANIDA DE PASTA
	llentia castellana, arròs, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet natural i pastanaga	*bròquil i patata*	*cigrons i tomàquet triturat*	*pasta seca, blat de moro, olives i enciam*
	AMANIDA DE FRUITS SECS I FORMATGE	TRUITA D'ALBERGÍNIA AMB COGOMBRE	DAUS DE GALL DINDI MARINAT AMB PASTANAGA RATLLADA	LLUÇ AL FORN AMB PÈSOLS
	enciam, tomàquet xerri, pipes de girasol, nous i formatge	*ou liquid pasteurtitzat, alberginia, carabassó, pebrot vermell, pebrot verd i cogombre*	*gall dindi, oli d'oliva, orenga, llimona i pastanaga ratllada*	*lluç, pèsols, ceba i all*
	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT NATURAL	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS
		I PER SOPAR...		
	Carn blanca (pollastre, gall dindi) amb hortalisses de temporada (espàrrecs, col de brusseles, bròcoli, tomàquet, pastanaga) + cereal integral (quinoa o pa)	*Peix blau (salmó, tonyina, sardines) + cereal (cuscús, arròs)+ hortalisses de temporada (espàrrecs, col de brusseles, bròcoli, pastanaga).*	*Formatge, fruits secs + cereal (arròs, quinoa, pa) + hortalisses de temporada (saltejades)*	*Carn vermella (vedella) + tubèrcul (purè de patata) + hortalisses/verdura de temporada (crema de verdures)*
28 d'abril	29 d'abril	30 d'abril		
SOPA D'ARRÒS AMB VERDURES	CREMA DE XAMPINYONS	LLENTIES ESTOFADES		
api, porro, nap, xirivia, col, pastanaga, patata i arròs integral	*xampinyons, ceba, porro, patata, carabassó i pastanaga*	*llentia pardina, ceba, all, porro, pebrot vermell, tomàquet triturat, pastanaga i brou de verdures*		
TRUITA CAMPESINA AMB TOMÀQUET AMANIT	MAIRA A L'ANDALUSA AMB AMANIDA VARIADA	ACOMPANYAMENT AMANIDA CAPRESE		
ou pasteuritzat, carabassó, pebrot verd, pebrot vermell, ceba i tomàquet	*maira, farina de blat, tomàquet, enciam i blat de moro*	*tomàquet natural, formatge, alfàbrega i olives*		
IOGURT NATURAL	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS		
	I PER SOPAR...			
Hortalisses/verdures al vapor + carn blanca (pollastre o gall dindi, conill) + cereal integral (pa, quinoa, arròs)	*Carn vermella (vedella) + tubèrcul (purè de patata) + hortalisses/verdura de temporada (crema de verdures)*	*Consomé amb farinacis (pa a dàus o fideus o quinoa) + Peix blau (tonyina, sardines, salmó) amb hortalisses/verdures (canonges, tomàquet, pebrot)*		

Menú vegà

VEGAN

Producte ecològic i de proximitat

km.0 fet al costat de casa

ECO

Dia especial Joan Miró

XINA

Producte integral

S'ofereix pa integral en cada àpat

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

Dr. Cristian Didier Hernández
Dietista - Nutricionista
Col: CAT000694

Disanta Nutrición SL
Alcalde Porqueras 74
25006 Lleida