

recomanacions del sopar

Us suggerim els grups d'aliments més adients per al sopar dels vostres fills i filles, per tal de completar la dieta equilibrada del dia. aquestes orientacions us poden ajudar a planificar els sopars setmanals perquè siguin variats i saludables.


DINAR	SOPAR

aquest mes


Cada 23 d'abril celebrem amb molt d'entusiasme i alegria la festivitat de Sant Jordi. Us animem a seguir perpetuar aquesta tradició que es basa en l'amor i la cultura d'una manera diferent: A partir de divertides receptes!!!




Els més petits gaudiran de bon grat realitzant des d'un drac amb talls de formatge fins a castells de cavallers i princeses de xocolata! PROVEU-HO, DISPOSEU




Tota la llegum, pasta, vedella, arròs, i les verdures marcades en verd provenen de producció ecològica. Tota la fruita, verdures i hortalisses son fresques i de temporada. Les amanides poden dur enciam, escarola, endivia, tomàquet, pastanaga, cogombre, blat de moro i olives.



La fruita que servim és poma, pera, mandarina i taronja de producció integrada i plàtan que es serviran segons el grau de maduració. I la verdura: col, coliflor, bledes, espinacs i bròcoli.



Menú de proteïna vegetal



Els productes de proximitat son: l'enciam, la patata el pa integral, la ceba, la pastanaga i el iogurt la torre.

petits canvis
PER MENJAR MILLOR

SERHS FOOD
17 NOV. 2023
Dpto. Qualitat i Nutrición
Catalina Puig Puñez
Col. Núm. CAT001322

verdures	pasta	arròs	patates	llegum	ous	carn	peix	formatges	fruita	làctic

D'acord amb el reglament (ue) 1169/2011 del parlament Europeu i del Consell de 25 d'octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els al·lèrgens dels aliments que componen els menús que s'elaboren.

Informació nutricional del menú escolar diari

K energia (kcal)	P proteïna
H Hidrats de carboni	L Lipids



CONSELL COMARCAL
DEL BAGES

MENÚ

ABRIL 2024

DIETA:

BASAL

*Cuinat amb oli d'oliva verge extre / làctic acció social i proximitat/ pa integral de proximitat / aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIÓ DE LA DISTRIBUCIÓ

DILLUNS

1

DIMARTS

2

DIMECRES

3

DIJOUS

4

DIVENDRES

5

Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i formatge gratinat
Crestes de tonyina al forn
Xampinyons a l'allet
Iogurt natural



Trinxat de col i patata (col, patata i all)
Llenties estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Amanida variada
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i pèsols (pèsols, cebes, all, tomàquet i pastanaga)
Truita francesa
Tomàquet al forn
Fruita del temps

Crema de carbassa, patata i porro
Cigrons saltejats amb all, cebes, tomàquet i daus de pernil dolç
Amanida variada
Fruita del temps

8

Bledes amb patata a l'allet
Truita de carbassó i cebes
Amanida variada
Fruita del temps



9

Crema de coliflor i porro
Llenties saltejades amb verdures i cus cus (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet)
Fruita del temps

10

Escudella amb pasta fina (porro, nap, api, pastanaga i pollastre)
Carn d'olla (cigrons, col i patata amb pilota)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

11

Arròs a la camperola (ceba, tomàquet, pastanaga i carbassó)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Iogurt natural

12

Mongeta blanca estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Aletes de pollastre al forn a la barbacoa
Rodanxes de carbassó al forn
Fruita del temps

15

Llenties estofades amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Ous remenats
Patata al forn
Fruita del temps

16

Verdura s/mercat amb patates
Daus de pit de pollastre amb mongeta blanca saltejada
Amanida variada
Fruita del temps

17



Puré de cigrons (porro, patata i cigrons)
Coca de verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pebrot)
Amanida variada
Fruita del temps

18

Macarrons integrals amb salsa d'espínacs (ceba, espínacs i llet)
Estofat de gall d'indi a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

19

Arròs amb samfaina (pebrot, albergínia, cebes i tomàquet)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Iogurt natural

22

Arròs caldós amb bolets (ceba, all i bolets variats)
Ous durs gratinats amb beixamel
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE SANT JORDI

23

Sopa de pollastre amb pasta fina
Llibrets de gall d'indi
Hortalisses gratinades
Pastís de sant Jordi



24

Cigrons estofats amb espínacs (ceba, all, tomàquet i espínacs)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Fruita del temps

25



Crema de carbassó, porro i patata
Espaguetis integrals amb bolonyesa de llenties (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

26

Fesols amb patata al vapor
Fricandó de vedella (ceba, tomàquet, all, bolets)
Amanida variada
Fruita del temps

29



Llenties amb verdures i arròs (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Hamburguesa de coliflor
Amanida variada
Fruita del temps

30

Crema de patata i porro
Arròs amb salsa de tomàquet i ou dur
Bastonets d'albergínia al forn
Fruita del temps





CONSELL COMARCAL
DEL BAGES

MENÚ

ABRIL 2024

DIETA:

NO PORC

*Cuinat amb oli d'oliva verge extre / làctic acció social i proximitat/ pa integral de proximitat / aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIO DE LA DISTRIBUCIO

DILLUNS

1

DIMARTS

2

DIMECRES

3


DIJOUS

4

DIVENDRES

5


Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i formatge gratinat
Crestes de tonyina al forn
Xampinyons a l'allet
Iogurt natural

 Trinxat de col i patata (col, patata i all)
Llenties estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Amanida variada
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i pèsols (pèsols, cebes, all, tomàquet i pastanaga)
Truita francesa
Tomàquet al forn
Fruita del temps

Crema de **carbassa**, patata i porro
Cigrons saltejats amb all, cebes, tomàquet
Amanida variada
Fruita del temps

8
Bledes amb patata a l'allet
Truita de carbassó i ceba
Amanida variada
Fruita del temps

 9
Crema de coliflor i porro
Llenties saltejades amb verdures i cus cus (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet)
Fruita del temps


10
Escudella amb pasta fina (**porro, nap, api, pastanaga i pollastre**)
Carn d'olla (cigrons, col i patata)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

11
Arròs a la camperola (ceba, tomàquet, pastanaga i carbassó)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Iogurt natural

12
Mongeta blanca estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Aletes de pollastre al forn a la barbacoa
Rodanxes de carbassó al forn
Fruita del temps

15
Llenties estofades amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Ous remenats
Patata al forn
Fruita del temps

16
Verdura s/mercat amb patates
Daus de pit de pollastre amb mongeta blanca saltejada
Amanida variada
Fruita del temps



 17
Purè de cigrons (porro, patata i cigrons)
Coca de verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pebrot)
Amanida variada
Fruita del temps

18
Macarrons integrals amb salsa d'espinacs (ceba, espinacs i llet)
Estofat de gall d'indi a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps


19
Arròs amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Iogurt natural

MENÚ DE SANT JORDI


23

 Sopa de pollastre amb pasta fina
Llibrets de gall d'indi
Hortalisses gratinades
Pastís de sant Jordi 

24
Cigrons estofats amb espinacs (ceba, all, tomàquet i espinacs)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Fruita del temps

 25
Crema de **carbassó**, porro i patata
Espaguetis integrals amb bolonyesa de llenties (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

26
Fesols amb patata al vapor
Fricandó de vedella (ceba, tomàquet, all, bolets)
Amanida variada
Fruita del temps

 29
Llenties amb verdures i arròs (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Hamburguesa de coliflor
Amanida variada
Fruita del temps

30
Crema de patata i porro
Arròs amb salsa de tomàquet i ou dur
Bastonets d'albergínia al forn
Fruita del temps





CONSELL COMARCAL
DEL BAGES

MENÚ

ABRIL 2024

DIETA:

NO CARN

*Cuinat amb oli d'oliva verge extre / làctic acció social i proximitat/ pa integral de proximitat / aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIO DE LA DISTRIBUCIO

DILLUNS

1

DIMARTS

2

DIMECRES

3


DIJOUS

4

DIVENDRES

5


Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i formatge gratinat
Crestes de tonyina al forn
Xampinyons a l'allet
Iogurt natural

 Trinxat de col i patata (col, patata i all)
Llenties estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Amanida variada
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i pèsols (pèsols, cebes, all, tomàquet i pastanaga)
Truita francesa
Tomàquet al forn
Fruita del temps

Crema de **carbassa**, patata i porro
Cigrons saltejats amb all, cebes, tomàquet
Amanida variada
Fruita del temps

8
Bledes amb patata a l'allet
Truita de carbassó i ceba
Amanida variada
Fruita del temps

 9
Crema de coliflor i porro
Llenties saltejades amb verdures i cus cus (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet)
Fruita del temps


10
Brou vegetal amb pasta fina (**porro, nap, api, pastanaga**)
Carn d'olla (cigrons, col i patata)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

11
Arròs a la camperola (ceba, tomàquet, pastanaga i carbassó)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Iogurt natural

12
Mongeta blanca estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Varetes de verdures
Rodanxes de carbassó al forn
Fruita del temps

15
Llenties estofades amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Ous remenats
Patata al forn
Fruita del temps

16
Verdura s/mercat amb patates
Mongeta blanca saltejada a l'allet amb julivert
Amanida variada
Fruita del temps

 17
Puré de cigrons (porro, patata i cigrons)
Coca de verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pebrot)
Amanida variada
Fruita del temps


18
Macarrons integrals amb salsa d'espínacs (ceba, espínacs i llet)
Cuetes de rap a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

19
Arròs amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Iogurt natural


MENÚ DE SANT JORDI

23


22
Arròs caldós amb bolets (ceba, all i bolets variats)
Ous durs gratinats amb beixamel
Amanida variada
Fruita del temps

Sopa de verdures amb pasta fina
Luç arrebossat
Hortalisses gratinades
Pastís de sant Jordi 

24
Cigrons estofats amb espínacs (ceba, all, tomàquet i espínacs)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Fruita del temps

 25
Crema de **carbassó**, porro i patata
Espaguetis integrals amb bolonyesa de llenties (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

26
Fesols amb patata al vapor
Remenat d'ou amb bolets
Amanida variada
Fruita del temps

 29
Llenties amb verdures i arròs (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Hamburguesa de coliflor
Amanida variada
Fruita del temps

30
Crema de patata i porro
Arròs amb salsa de tomàquet i ou dur
Bastonets d'albergínia al forn
Fruita del temps





CONSELL COMARCAL
DEL BAGES

MENÚ

ABRIL 2024

DIETA:

**OVOLACTEO-
VEGETARIÀ**

*Cuinat amb oli d'oliva verge extre / làctic acció social i proximitat/ pa integral de proximitat / aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIO DE LA DISTRIBUCIO

DILLUNS

1

DIMARTS

2

DIMECRES

3


DIJOUS

4

DIVENDRES

5

Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i formatge gratinat
Varetes de verdures
Xampinyons a l'allet
Iogurt natural

 Trinxat de col i patata (col, patata i all)
Llenties estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Amanida variada
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i pèsols (pèsols, cebes, all, tomàquet i pastanaga)
Truita francesa
Tomàquet al forn
Fruita del temps

Crema de **carbassa**, patata i porro
Cigrons saltejats amb all, cebes, tomàquet
Amanida variada
Fruita del temps

8
Bledes amb patata a l'allet
Truita de carbassó i cebes
Amanida variada
Fruita del temps



9
Crema de coliflor i porro
Llenties saltejades amb verdures i cus cus (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet)
Fruita del temps

10
Brou vegetal amb pasta fina (**porro, nap, api, pastanaga**)
Carn d'olla (cigrons, col i patata)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

11
Arròs a la camperola (ceba, tomàquet, pastanaga i carbassó)
Truita francesa
Amanida variada
Iogurt natural

12
Mongeta blanca estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Varetes de verdures
Rodanxes de carbassó al forn
Fruita del temps

15
Llenties estofades amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Ous remenats
Patata al forn
Fruita del temps

16
Verdura s/mercat amb patates
Mongeta blanca saltejada a l'allet amb julivert
Amanida variada
Fruita del temps



17
Purè de cigrons (porro, patata i cigrons)
Coca de verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pebrot)
Amanida variada
Fruita del temps

18
Macarrons integrals amb salsa d'espinacs (ceba, espinacs i llet)
Varetes de verdures
Amanida variada
Fruita del temps

19
Arròs amb samfaina (pebrot, albergínia, cebes i tomàquet)
Pèsols saltejats
Amanida variada
Iogurt natural

22
Arròs caldós amb bolets (ceba, all i bolets variats)
Ous durs gratinats amb beixamel
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE SANT JORDI

23

Sopa de verdures amb pasta fina
Varetes de verdures
Hortalisses gratinades
Pastís de sant Jordi



24
Cus cus amb verduretes
Cigrons estofats amb espinacs (ceba, all, tomàquet i espinacs)
Fruita del temps



25
Crema de **carbassó**, porro i patata
Espaguetis integrals amb bolonyesa de llenties (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

26

Fesols amb patata al vapor
Remenat d'ou amb bolets
Amanida variada
Fruita del temps



29
Llenties amb verdures i arròs (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Hamburguesa de coliflor
Amanida variada
Fruita del temps

30

Crema de patata i porro
Arròs amb salsa de tomàquet i ou dur
Bastonets d'albergínia al forn
Fruita del temps





CONSELL COMARCAL
DEL BAGES

MENÚ

ABRIL 2024

DIETA:

VEGA

*Cuinat amb oli d'oliva verge extre / làctic acció social i proximitat/ pa integral de proximitat / aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIO DE LA DISTRIBUCIO

DILLUNS

1

DIMARTS

2

DIMECRES

3

DIJOUS

4

DIVENDRES

5

Macarrons integrals amb salsa de tomàquet
Varetes de verdures
Xampinyons a l'allet
Fruita de temporada



Trinxat de col i patata (col, patata i all)
Llenties estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Amanida variada
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i pèsols (pèsols, cebes, all, tomàquet i pastanaga)
Patata amb tomàquet al forn
Fruita del temps

Crema de **carbassa**, patata i porro
Cigrons saltejats amb all, cebes, tomàquet
Amanida variada
Fruita del temps

8

Bledes amb patata a l'allet
Fingers vegetals
Amanida variada
Fruita del temps



9

Crema de coliflor i porro
Llenties saltejades amb verdures i cus cus (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet)
Fruita del temps

10

Brou vegetal amb pasta fina (**porro, nap, api, pastanaga**)
Carn d'olla (cigrons, col i patata)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

11

Arròs a la camperola (ceba, tomàquet, pastanaga i carbassó)
Pèsols saltejats
Amanida variada
Fruita de temporada

12

Mongeta blanca estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Varetes de verdures
Rodanxes de carbassó al forn
Fruita del temps

15

Llenties estofades amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Patata al forn
Amanida variada
Fruita del temps

16

Verdura s/mercat amb patates
Mongeta blanca saltejada a l'allet amb julivert
Amanida variada
Fruita del temps

17



Puré de cigrons (porro, patata i cigrons)
Coca de verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pebrot)
Amanida variada
Fruita del temps

18

Macarrons amb espinacs saltejats (ceba i espinacs)
Varetes de verdures
Amanida variada
Fruita del temps

19

Arròs amb samfaina (pebrot, albergínia, cebes i tomàquet)
Pèsols saltejats
Amanida variada
Fruita de temporada

22

Arròs caldós amb bolets (ceba, all i bolets variats)
Patata al forn amb pèsols
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE SANT JORDI

23



Sopa de verdures amb pasta fina
Varetes de verdures
Hortalisses al forn
Macedònia de fruites

24

Cus cus amb verdurettes
Cigrons estofats amb espinacs (ceba, all, tomàquet i espinacs)
Fruita de temporada

25



Crema de **carbassó**, porro i patata
Espaguetis integrals amb bolonyesa de llenties (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

26

Fesols amb patata al vapor
Fingers de verdures
Saltejat de bolets
Fruita del temps

29



Llenties amb verdures i arròs (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Varetes de verdures
Amanida variada
Fruita del temps

30

Crema de patata i porro
Arròs amb salsa de tomàquet
Bastonets d'albergínia al forn
Fruita del temps





CONSELL COMARCAL
DEL BAGES

MENÚ

ABRIL 2024

DIETA:

SENSE GLUTEN

*Cuinat amb oli d'oliva verge extre / làctic acció social i proximitat/ pa s/gluten / aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIO DE LA DISTRIBUCIO

DILLUNS

1

DIMARTS

2

DIMECRES

3

DIJOUS

4

DIVENDRES

5

Macarrons S/G amb salsa de tomàquet i formatge gratinat
LLuç al forn
Xampinyons a l'allet
logurt natural



Trinxat de col i patata (col, patata i all)
Llenties (S/ traces G) amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Amanida variada
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i pèsols (pèsols, ceba,all, tomàquet i pastanaga)
Truita francesa
Tomàquet al forn
Fruita del temps

Crema de **carbassa**, patata i porro
Cigrons saltejats amb all, ceba, tomàquet, daus de pernil dolç
Amanida variada
Fruita del temps

8

Bledes amb patata a l'allet
Truita de carbassó i ceba
Amanida variada
Fruita del temps



9

Crema de coliflor i porro
Llenties (S/ traces G) saltejades amb verdures (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet)
Fruita del temps

10

Escudella amb pasta fina (S/G) (**porro, nap, api, pastanaga i pollastre**)
Carn d'olla (cigrons, col i patata)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

11

Arròs a la camperola (ceba, tomàquet, pastanaga i carbassó)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
logurt natural

12

Mongeta blanca estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Aletes de pollastre al forn
Rodanxes de carbassó al forn
Fruita del temps

15

Llenties (S/ traces G) estofades amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Ous remenats
Patata al forn
Fruita del temps

16

Verdura s/mercat amb patates
Daus de pit de pollastre amb mongeta blanca saltejada
Amanida variada
Fruita del temps

17



Puré de cigrons (porro, patata i cigrons)
Pa de motlle S/G al forn amb verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pebrot)
Amanida variada
Fruita del temps

18

Macarrons S/G amb salsa d'espínacs (ceba, espínacs i llet)
Estofat de gall d'indi a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

19

Arròs amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
logurt natural

22

Arròs caldós amb bolets (ceba, all i bolets variats)
Ous durs amb formatge ratllat
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE SANT JORDI

23

Sopa de pollastre amb pasta fina s/gluten
Escalopa de pollastre (S/G)
Hortalisses al forn
Macedònia de fruites amb galetes S/G

24

Cigrons estofats amb espínacs (ceba, all, tomàquet i espínacs)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Fruita del temps

25



Crema de **carbassó**, porro i patata
Espaguetis S/G
a la bolonyesa de llenties (insitu S/G) (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

26

Fesols amb patata al vapor
Fricandó de vedella (ceba, tomàquet, all,bolets)
Amanida variada
Fruita del temps

29

Llenties (S/ traces G) amb verdures i arròs (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Pollastre a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps



30

Crema de patata i porro
Arròs amb salsa de tomàquet i ou dur
Bastonets d'albergínia al forn
Fruita del temps





CONSELL COMARCAL
DEL BAGES

MENÚ

ABRIL 2024

DIETA:

SENSE FRUITS SECS

*Cuinat amb oli d'oliva verge extre / làctic acció social i proximitat/ pa integral de proximitat / aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIO DE LA DISTRIBUCIO

DILLUNS

1

DIMARTS

2

DIMECRES

3

DIJOUS

4

DIVENDRES

5

Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i formatge gratinat
LLuç al forn
Xampinyons a l'allet
logurt natural



Trinxat de col i patata (col, patata i all)
Llenties estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Amanida variada
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i pèsols (pèsols, cebes, all, tomàquet i pastanaga)
Truita francesa
Tomàquet al forn
Fruita del temps

Crema de **carbassa**, patata i porro
Cigrons saltejats amb all, cebes, tomàquet i daus de pernil dolç
Amanida variada
Fruita del temps

8

Bledes amb patata a l'allet
Truita de carbassó i cebes
Amanida variada
Fruita del temps



9

Crema de coliflor i porro
Llenties saltejades amb verdures i cus cus (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet)
Fruita del temps

10

Escudella amb pasta fina (**porro, nap, api, pastanaga i pollastre**)
Carn d'olla (cigrons, col i patata amb pilota)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

11

Arròs a la camperola (ceba, tomàquet, pastanaga i carbassó)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
logurt natural

12

Mongeta blanca estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Aletes de pollastre al forn a la barbacoa
Rodanxes de carbassó al forn
Fruita del temps

15

Llenties estofades amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Ous remenats
Patata al forn
Fruita del temps

16

Verdura s/mercat amb patates
Daus de pit de pollastre amb mongeta blanca saltejada
Amanida variada
Fruita del temps

17



Purè de cigrons (porro, patata i cigrons)
Coca de verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pebrot)
Amanida variada
Fruita del temps

18

Macarrons integrals amb salsa d'espínacs (ceba, espínacs i llet)
Estofat de gall d'indi a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

19

Arròs amb samfaina (pebrot, albergínia, cebes i tomàquet)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
logurt natural

22

Arròs caldós amb bolets (ceba, all i bolets variats)
Ous durs gratinats amb beixamel
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE SANT JORDI

23



Sopa de pollastre amb pasta fina
Escalopa de pollastre (S/FS)
Hortalisses al forn
Macedònia de fruites amb galetes S/FS

24

Cigrons estofats amb espínacs (ceba, all, tomàquet i espínacs)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Fruita del temps

25



Crema de **carbassó**, porro i patata
Espaguetis integrals amb bolonyesa de llenties (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

26

Fesols amb patata al vapor
Fricandó de vedella (ceba, tomàquet, all, bolets)
Amanida variada
Fruita del temps

29



Llenties amb verdures i arròs (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Pollastre a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps

30

Crema de patata i porro
Arròs amb salsa de tomàquet i ou dur
Bastonets d'albergínia al forn
Fruita del temps





MENÚ

ABRIL 2024

DIETA:

SENSE PEIX, MARISC, CRUSTACIS I MOL.LUSCS

*Cuinat amb oli d'oliva verge extre / làctic acció social i proximitat/ pa integral de proximitat / aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIO DE LA DISTRIBUCIO

DILLUNS

1

DIMARTS

2

DIMECRES

3

DIJOUS

4

DIVENDRES

5

Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i formatge gratinat
Pollastre al forn
Xampinyons a l'allet
Iogurt natural

Trinxat de col i patata (col, patata i all)
Llenties estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Amanida variada
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i pèsols (pèsols, cebes, all, tomàquet i pastanaga)
Truita francesa
Tomàquet al forn
Fruita del temps

Crema de carbassa, patata i porro
Cigrons saltejats amb all, cebes, tomàquet i daus de pernil dolç
Amanida variada
Fruita del temps

Bledes amb patata a l'allet
Truita de carbassó i ceba
Amanida variada
Fruita del temps

Crema de coliflor i porro
Llenties saltejades amb verdures i cus cus (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet)
Fruita del temps

Escudella amb pasta fina (porro, nap, api, pastanaga i pollastre)
Carn d'olla (cigrons, col i patata amb pilota)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

Arròs a la camperola (ceba, tomàquet, pastanaga i carbassó)
Truita francesa
Amanida variada
Iogurt natural

Mongeta blanca estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Aletes de pollastre al forn a la barbacoa
Rodanxes de carbassó al forn
Fruita del temps

Llenties estofades amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Ous remenats
Patata al forn
Fruita del temps

Verdura s/mercat amb patates
Daus de pit de pollastre amb mongeta blanca saltejada
Amanida variada
Fruita del temps

Purè de cigrons (porro, patata i cigrons)
Coca de verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pebrot)
Amanida variada
Fruita del temps

Macarrons integrals amb salsa d'espinacs (ceba, espinacs i llet)
Estofat de gall d'indi a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

Arròs amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Truita francesa
Amanida variada
Iogurt natural

MENÚ DE SANT JORDI

23



Sopa de pollastre amb pasta fina
Llibrets de gall d'indi
Hortalisses gratinades
Pastís de sant Jordi



Cigrons estofats amb espinacs (ceba, all, tomàquet i espinacs)
Truita francesa
Amanida variada
Fruita del temps

Crema de carbassó, porro i patata
Espaguetis integrals amb bolonyesa de llenties (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

Fesols amb patata al vapor
Fricandó de vedella (ceba, tomàquet, all, bolets)
Amanida variada
Fruita del temps



Llenties amb verdures i arròs (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Hamburguesa de coliflor
Amanida variada
Fruita del temps

30

Crema de patata i porro
Arròs amb salsa de tomàquet i ou dur
Bastonets d'albergínia al forn
Fruita del temps





CONSELL COMARCAL
DEL BAGES

MENÚ

ABRIL 2024

DIETA:

SENSE LACTOSA

*Cuinat amb oli d'oliva verge extre / làctic acció social i proximitat/ pa integral de proximitat / aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIO DE LA DISTRIBUCIO

DILLUNS

1

DIMARTS

2

DIMECRES

3


DIJOUS

4

DIVENDRES

5


Macarrons integrals amb salsa de tomàquet
Lluç al forn
Xampinyons a l'allet
logurt natural S/L

 Trinxat de col i patata (col, patata i all)
Llenties estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Amanida variada
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i pèsols (pèsols, cebes, all, tomàquet i pastanaga)
Truita francesa
Tomàquet al forn
Fruita del temps

Crema de **carbassa**, patata i porro
Cigrons saltejats amb all, cebes, tomàquet i daus de pernil dolç
Amanida variada
Fruita del temps

8 Bledes amb patata a l'allet
Truita de carbassó i cebes
Amanida variada
Fruita del temps

 9 Crema de coliflor i porro
Llenties saltejades amb verdures i cus cus (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet)
Fruita del temps


10 Escudella amb pasta fina (**porro, nap, api, pastanaga i pollastre**)
Carn d'olla (cigrons, col i patata amb pilota)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

11 Arròs a la camperola (ceba, tomàquet, pastanaga i carbassó)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
logurt natural S/L

12 Mongeta blanca estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Aletes de pollastre al forn a la barbacoa
Rodanxes de carbassó al forn
Fruita del temps

15 Llenties estofades amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Ous remenats
Patata al forn
Fruita del temps

16 **Verdura s/mercat** amb patates
Daus de pit de pollastre amb mongeta blanca saltejada
Amanida variada
Fruita del temps

 17 Puré de cigrons (porro, patata i cigrons)
Coca de verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pebrot)
Amanida variada
Fruita del temps


18 Macarrons amb espinacs saltejats (ceba i espinacs)
Estofat de gall d'indi a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

19 Arròs amb samfaina (pebrot, albergínia, cebes i tomàquet)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
logurt natural S/L


MENÚ DE SANT JORDI

23


22 Arròs caldós amb bolets (ceba, all i bolets variats)
Ous durs amb oli i sal
Amanida variada
Fruita del temps

 Sopa de pollastre amb pasta fina
Escalopa de pollastre (S/L)
Hortalisses al forn
Macedònia de fruites amb galetes S/L

24 Cigrons estofats amb espinacs (ceba, all, tomàquet i espinacs)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Fruita del temps

 25 Crema de **carbassó**, porro i patata
Espaguetis integrals amb bolonyesa de llenties (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

26 Fesols amb patata al vapor
Fricandó de vedella (ceba, tomàquet, all, bolets)
Amanida variada
Fruita del temps

 29 Llenties amb verdures i arròs (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Pollastre a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps

30 Crema de patata i porro
Arròs amb salsa de tomàquet i ou dur
Bastonets d'albergínia al forn
Fruita del temps





CONSELL COMARCAL
DEL BAGES

MENÚ

ABRIL 2024

DIETA:

SENSE OU

*Cuinat amb oli d'oliva verge extre / làctic acció social i proximitat/ pa integral de proximitat / aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIO DE LA DISTRIBUCIO

DILLUNS

1

DIMARTS

2

DIMECRES

3

DIJOUS

4

DIVENDRES

5

Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i formatge gratinat
Lluç al forn
Xampinyons a l'allet
Iogurt natural



Trinxat de col i patata (col, patata i all)
Llenties estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Amanida variada
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i pèsols (pèsols, cebes, all, tomàquet i pastanaga)
Pollastre al forn
Tomàquet al forn
Fruita del temps

Crema de carbassa, patata i porro
Cigrons saltejats amb all, cebes, tomàquet i daus de pernil dolç
Amanida variada
Fruita del temps

8

Bledes amb patata a l'allet
Pollastre al forn
Amanida variada
Fruita del temps



9

Crema de coliflor i porro
Llenties saltejades amb verdures i cus cus (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet)
Fruita del temps

10

Escudella amb pasta fina (porro, nap, api, pastanaga i pollastre)
Carn d'olla (cigrons, col i patata amb pilota)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

11

Arròs a la camperola (ceba, tomàquet, pastanaga i carbassó)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Iogurt natural

12

Mongeta blanca estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Aletes de pollastre al forn a la barbacoa
Rodanxes de carbassó al forn
Fruita del temps

15

Llenties estofades amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Lluç al forn
Patata al forn
Fruita del temps

16

Verdura s/mercat amb patates
Daus de pit de pollastre amb mongeta blanca saltejada
Amanida variada
Fruita del temps

17



Puré de cigrons (porro, patata i cigrons)
Coca de verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pebrot)
Amanida variada
Fruita del temps

18

Macarrons integrals amb salsa d'espinacs (ceba, espinacs i llet)
Estofat de gall d'indi a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

19

Arròs amb samfaina (pebrot, albergínia, cebes i tomàquet)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Iogurt natural

22

Arròs caldós amb bolets (ceba, all i bolets variats)
Lluç al forn
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE SANT JORDI

23



Sopa de pollastre amb pasta fina
Escalopa de pollastre (S/ou) forn
Hortalisses gratinades
Macedònia de fruites amb galetes S/OU

24

Cigrons estofats amb espinacs (ceba, all, tomàquet i espinacs)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Fruita del temps

25



Crema de carbassó, porro i patata
Espaguetis integrals amb bolonyesa de llenties (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

26

Fesols amb patata al vapor
Fricandó de vedella (ceba, tomàquet, all, bolets)
Amanida variada
Fruita del temps

29



Llenties amb verdures i arròs (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Pollastre a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps

30

Crema de patata i porro
Lluç al forn amb arròs amb tomàquet
Bastonets d'albergínia al forn
Fruita del temps





CONSELL COMARCAL
DEL BAGES

MENÚ

ABRIL 2024

DIETA:

PLV (SI VEDELLA)

*Cuinat amb oli d'oliva verge extre / làctic acció social i proximitat/ pa integral de proximitat / aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIO DE LA DISTRIBUCIO

DILLUNS

1

DIMARTS

2

DIMECRES

3

DIJOUS

4

DIVENDRES

5

Macarrons integrals amb salsa de tomàquet
Lluç al forn
Xampinyons a l'allet
Fruita de temporada



Trinxat de col i patata (col, patata i all)
Llenties estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Amanida variada
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i pèsols (pèsols, cebes, all, tomàquet i pastanaga)
Truita francesa
Tomàquet al forn
Fruita del temps

Crema de carbassa, patata i porro
Cigrons saltejats amb all, cebes, tomàquet i daus de pernil dolç
Amanida variada
Fruita del temps

8

Bledes amb patata a l'allet
Truita de carbassó i cebes
Amanida variada
Fruita del temps



9

Crema de coliflor i porro
Llenties saltejades amb verdures i cus cus (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet)
Fruita del temps

10

Escudella amb pasta fina (porro, nap, api, pastanaga i pollastre)
Carn d'olla (cigrons, col i patata amb pilota)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

11

Arròs a la camperola (ceba, tomàquet, pastanaga i carbassó)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Fruita de temporada

12

Mongeta blanca estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Aletes de pollastre al forn a la barbacoa
Rodanxes de carbassó al forn
Fruita del temps

15

Llenties estofades amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Ous remenats
Patata al forn
Fruita del temps

16

Verdura s/mercat amb patates
Daus de pit de pollastre amb mongeta blanca saltejada
Amanida variada
Fruita del temps

17



Puré de cigrons (porro, patata i cigrons)
Coca de verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pebrot)
Amanida variada
Fruita del temps

18

Macarrons amb espinacs saltejats (ceba i espinacs)
Estofat de gall d'indi a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

19

Arròs amb samfaina (pebrot, albergínia, cebes i tomàquet)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Fruita de temporada

22

Arròs caldós amb bolets (ceba, all i bolets variats)
Ous durs amb oli i sal
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE SANT JORDI

23



Sopa de pollastre amb pasta fina
Escalopa de pollastre (S/L)
Hortalisses al forn
Macedònia de fruites amb galetes S/LLET

24

Cigrons estofats amb espinacs (ceba, all, tomàquet i espinacs)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Fruita del temps

25



Crema de carbassó, porro i patata
Espaguetis integrals amb bolonyesa de llenties (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

26

Fesols amb patata al vapor
Fricandó de vedella (ceba, tomàquet, all, bolets)
Amanida variada
Fruita del temps

29



Llenties amb verdures i arròs (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Pollastre a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps

30

Crema de patata i porro
Arròs amb salsa de tomàquet i ou dur
Bastonets d'albergínia al forn
Fruita del temps





CONSELL COMARCAL
DEL BAGES

MENÚ

ABRIL 2024

DIETA:

PLV (NO VEDELLA)

*Cuinat amb oli d'oliva verge extre / làctic acció social i proximitat/ pa integral de proximitat / aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIO DE LA DISTRIBUCIO

DILLUNS

1

DIMARTS

2

DIMECRES

3

DIJOUS

4

DIVENDRES

5

Macarrons integrals amb salsa de tomàquet
Lluç al forn
Xampinyons a l'allet
Fruita de temporada



Trinxat de col i patata (col, patata i all)
Llenties estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Amanida variada
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i pèsols (pèsols, cebes, all, tomàquet i pastanaga)
Truita francesa
Tomàquet al forn
Fruita del temps

Crema de carbassa, patata i porro
Cigrons saltejats amb all, cebes, tomàquet i daus de pernil dolç
Amanida variada
Fruita del temps

8

Bledes amb patata a l'allet
Truita de carbassó i ceba
Amanida variada
Fruita del temps



9

Crema de coliflor i porro
Llenties saltejades amb verdures i cus cus (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet)
Fruita del temps

10

Escudella amb pasta fina (porro, nap, api, pastanaga i pollastre)
Carn d'olla (cigrons, col i patata)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

11

Arròs a la camperola (ceba, tomàquet, pastanaga i carbassó)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Fruita de temporada

12

Mongeta blanca estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Aletes de pollastre al forn a la barbacoa
Rodanxes de carbassó al forn
Fruita del temps

15

Llenties estofades amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Ous remenats
Patata al forn
Fruita del temps

16

Verdura s/mercat amb patates
Daus de pit de pollastre amb mongeta blanca saltejada
Amanida variada
Fruita del temps

17



Puré de cigrons (porro, patata i cigrons)
Coca de verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pebrot)
Amanida variada
Fruita del temps

18

Macarrons amb espinacs saltejats (ceba i espinacs)
Estofat de gall d'indi a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

19

Arròs amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Fruita de temporada

22

Arròs caldós amb bolets (ceba, all i bolets variats)
Ous durs amb oli i sal
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE SANT JORDI

23



Sopa de pollastre amb pasta fina
Escalopa de pollastre (S/L)
Hortalisses al forn
Macedònia de fruites amb galetes S/LLET

24

Cigrons estofats amb espinacs (ceba, all, tomàquet i espinacs)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Fruita del temps

25



Crema de carbassó, porro i patata
Espaguetis integrals amb bolonyesa de llenties (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

26

Fesols amb patata al vapor
Gall d'indi a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps

29



Llenties amb verdures i arròs (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Pollastre a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps

30

Crema de patata i porro
Arròs amb salsa de tomàquet i ou dur
Bastonets d'albergínia al forn
Fruita del temps





CONSELL COMARCAL
DEL BAGES

MENÚ

ABRIL 2024

DIETA:

**PLV (NO VEDELLA)
SENSE GLUTEN**

*Cuinat amb oli d'oliva verge extre / làctic acció social i proximitat/ pa s/gluten / aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIO DE LA DISTRIBUCIO

DILLUNS

1

DIMARTS

2

DIMECRES

3

DIJOUS

4

DIVENDRES

5

Macarrons S/G amb salsa de tomàquet
LLuç al forn
Xampinyons a l'allet
Fruita de temporada



Trinxat de col i patata (col, patata i all)
Llenties (S/ traces G) amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Amanida variada
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i pèsols (pèsols, ceba,all, tomàquet i pastanaga)
Truita francesa
Tomàquet al forn
Fruita del temps

Crema de **carbassa**, patata i porro
Cigrons saltejats amb all, ceba, tomàquet, daus de pernil dolç
Amanida variada
Fruita del temps

8

Bledes amb patata a l'allet
Truita de carbassó i ceba
Amanida variada
Fruita del temps



9

Crema de coliflor i porro
Llenties (S/ traces G) saltejades amb verdures (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet)
Fruita del temps

10

Escudella amb pasta fina (S/G) (**porro, nap, api, pastanaga i pollastre**)
Carn d'olla (cigrons, col i patata)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

11

Arròs a la camperola (ceba, tomàquet, pastanaga i carbassó)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Fruita de temporada

12

Mongeta blanca estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Aletes de pollastre al forn
Rodanxes de carbassó al forn
Fruita del temps

15

Llenties (S/ traces G) estofades amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Ous remenats
Patata al forn
Fruita del temps

16

Verdura s/mercat amb patates
Daus de pit de pollastre amb mongeta blanca saltejada
Amanida variada
Fruita del temps

17



Purè de cigrons (porro, patata i cigrons)
Pa de motlle S/G al forn amb verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pebrot)
Amanida variada
Fruita del temps

18

Macarrons S/G amb salsa d'espínacs (ceba, espínacs i llet)
Estofat de gall d'indi a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

19

Arròs amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Fruita de temporada

22

Arròs caldós amb bolets (ceba, all i bolets variats)
Ous durs amb oli i sal
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE SANT JORDI

23

Sopa de pollastre amb pasta fina s/gluten
Escalopa de pollastre (S/G)
Hortalisses al forn
Macedònia de fruites amb galetes S/G S/LL

24

Cigrons estofats amb espínacs (ceba, all, tomàquet i espínacs)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Fruita del temps

25



Crema de **carbassó**, porro i patata
Espaguetis S/G
a la bolonyesa de llenties (insitu S/G) (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

26

Fesols amb patata al vapor
Gall d'indi a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps

29

Llenties (S/ traces G) amb verdures i arròs (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Pollastre a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps



30

Crema de patata i porro
Arròs amb salsa de tomàquet i ou dur
Bastonets d'albergínia al forn
Fruita del temps





CONSELL COMARCAL
DEL BAGES

MENÚ

ABRIL 2024

DIETA:

***SENSE PRÉSSEC NI
DERIVATS**

*Cuinat amb oli d'oliva verge extre / làctic acció social i proximitat/ pa integral de proximitat / aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIO DE LA DISTRIBUCIO

DILLUNS

1

DIMARTS

2

DIMECRES

3

DIJOUS

4

DIVENDRES

5

Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i formatge gratinat
Crestes de tonyina al forn
Xampinyons a l'allet
Iogurt natural

Trinxat de col i patata (col, patata i all)
Llenties estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Amanida variada
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i pèsols (pèsols, cebes, all, tomàquet i pastanaga)
Truita francesa
Tomàquet al forn
Fruita del temps (S/PRÉSSEC)

Crema de carbassa, patata i porro
Cigrons saltejats amb all, cebes, tomàquet i daus de pernil dolç
Amanida variada
Fruita del temps (S/PRÉSSEC)

Bledes amb patata a l'allet
Truita de carbassó i ceba
Amanida variada
Fruita del temps (S/PRÉSSEC)



Crema de coliflor i porro
Llenties saltejades amb verdures i cus cus (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet)
Fruita del temps (S/PRÉSSEC)

Escudella amb pasta fina (porro, nap, api, pastanaga i pollastre)
Carn d'olla (cigrons, col i patata amb pilota)
Tomàquet amanit
Fruita del temps (S/PRÉSSEC)

Arròs a la camperola (ceba, tomàquet, pastanaga i carbassó)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Iogurt natural

Mongeta blanca estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Aletes de pollastre al forn a la barbacoa
Rodanxes de carbassó al forn
Fruita del temps (S/PRÉSSEC)

Llenties estofades amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Ous remenats
Patata al forn
Fruita del temps (S/PRÉSSEC)

Verdura s/mercat amb patates
Daus de pit de pollastre amb mongeta blanca saltejada
Amanida variada
Fruita del temps (S/PRÉSSEC)



Puré de cigrons (porro, patata i cigrons)
Coca de verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pebrot)
Amanida variada
Fruita del temps (S/PRÉSSEC)

Macarrons integrals amb salsa d'espínacs (ceba, espínacs i llet)
Estofat de gall d'indi a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps (S/PRÉSSEC)

Arròs amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Iogurt natural

MENÚ DE SANT JORDI



Sopa de pollastre amb pasta fina
Llibrets de gall d'indi
Hortalisses gratinades
Pastís de sant Jordi*



Cigrons estofats amb espínacs (ceba, all, tomàquet i espínacs)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Fruita del temps (S/PRÉSSEC)



Crema de carbassó, porro i patata
Espaguetis integrals amb bolonyesa de llenties (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
Tomàquet amanit
Fruita del temps (S/PRÉSSEC)

Fesols amb patata al vapor
Fricandó de vedella (ceba, tomàquet, all, bolets)
Amanida variada
Fruita del temps (S/PRÉSSEC)



Llenties amb verdures i arròs (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Hamburguesa de coliflor
Amanida variada
Fruita del temps (S/PRÉSSEC)

Crema de patata i porro
Arròs amb salsa de tomàquet i ou dur
Bastonets d'albergínia al forn
Fruita del temps (S/PRÉSSEC)



Eliminació de les següents fruites rosàcies del menú:

Préssec, nectarina, pruna, paraguayó i derivats com la platerina, nespres i albercocs.



CONSELL COMARCAL
DEL BAGES

MENÚ

ABRIL 2024

DIETA:

SENSE LLENTÍES

*Cuinat amb oli d'oliva verge extre / làctic acció social i proximitat/ pa integral de proximitat / aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIO DE LA DISTRIBUCIO

DILLUNS

1

DIMARTS

2

DIMECRES

3

DIJOUS

4

DIVENDRES

5

Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i formatge gratinat
Crestes de tonyina al forn
Xampinyons a l'allet
Iogurt natural

Trinxat de col i patata (col, patata i all)
Gall d'indi a la planxa
Amanida variada
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i pèsols (pèsols, ceba,all, tomàquet i pastanaga)
Truita francesa
Tomàquet al forn
Fruita del temps

Crema de **carbassa**, patata i porro
Cigrons saltejats amb all, ceba, tomàquet i daus de pernil dolç
Amanida variada
Fruita del temps

Bledes amb patata a l'allet
Truita de carbassó i ceba
Amanida variada
Fruita del temps



Crema de coliflor i porro
Filet de gall dindi a la planxa
Verdures saltejades amb cus cus (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet)
Fruita del temps

Escudella amb pasta fina (**porro, nap, api, pastanaga i pollastre**)
Carn d'olla (cigrons, col i patata amb pilota)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

Arròs a la camperola (ceba, tomàquet, pastanaga i carbassó)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Iogurt natural

Mongeta blanca estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Aletes de pollastre al forn a la barbacoa
Rodanxes de carbassó al forn
Fruita del temps

Arròs amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Ous remenats
Patata al forn
Fruita del temps

Verdura s/mercat amb patates
Daus de pit de pollastre amb mongeta blanca saltejada
Amanida variada
Fruita del temps



Puré de cigrons (porro, patata i cigrons)
Coca de verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pebrot)
Amanida variada
Fruita del temps

Macarrons integrals amb salsa d'espinacs (ceba, espinacs i llet)
Estofat de gall d'indi a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

Arròs amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Iogurt natural

Arròs caldós amb bolets (ceba, all i bolets variats)
Ous durs gratinats amb beixamel
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE SANT JORDI



Sopa de pollastre amb pasta fina
Llibrets de gall d'indi
Hortalisses gratinades
Pastís de sant Jordi



Cigrons estofats amb espinacs (ceba, all, tomàquet i espinacs)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Fruita del temps



Crema de **carbassó**, porro i patata
Pollastre a la planxa amb espaguetis integrals, oli, sal i orenga
Tomàquet amanit
Fruita del temps

Fesols amb patata al vapor
Fricandó de vedella (ceba, tomàquet, all,bolets)
Amanida variada
Fruita del temps



Arròs amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Gall d'indi a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps

Crema de patata i porro
Arròs amb salsa de tomàquet i ou dur
Bastonets d'albergínia al forn
Fruita del temps





CONSELL COMARCAL
DEL BAGES

MENÚ

ABRIL 2024

DIETA:

SENSE LLEGUMS

*Cuinat amb oli d'oliva verge extre / làctic acció social i proximitat/ pa integral de proximitat / aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIO DE LA DISTRIBUCIO

DILLUNS

1

DIMARTS

2

DIMECRES

3

DIJOUS

4

DIVENDRES

5

Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i formatge gratinat
Lluç al forn
Xampinyons a l'allet
logurt natural

Trinxat de col i patata (col, patata i all)
Gall d'indi a la planxa
Amanida variada
Fruita de temporada

Arròs amb verdures (ceba,all, tomàquet i pastanaga)
Truita francesa
Tomàquet al forn
Fruita del temps

Crema de **carbassa**, patata i porro
Arròs saltejat amb all, ceba
Amanida variada
Fruita del temps

Bledes amb patata a l'allet
Truita de carbassó i ceba
Amanida variada
Fruita del temps



Crema de coliflor i porro
Filet de gall dindi a la planxa
Verdures saltejades amb cus cus (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet)
Fruita del temps

Escudella amb pasta fina (**porro, nap, api, pastanaga i pollastre**)
Carn d'olla (col i patata)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

Arròs a la camperola (ceba, tomàquet, pastanaga i carbassó)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
logurt natural

Patata al caliu
Aletes de pollastre al forn amb rodanxes de carbassó
Fruita del temps

Arròs amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Ous remenats
Patata al forn
Fruita del temps

Verdura s/mercat amb patates
Daus de pit de pollastre saltejat amb espècies
Amanida variada
Fruita del temps



Coca de verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pebrot)
Truita francesa
Amanida variada
Fruita del temps

Macarrons integrals amb salsa d'espinacs (ceba, espinacs i llet)
Estofat de gall d'indi a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

Arròs amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
logurt natural

MENÚ DE SANT JORDI



Sopa de pollastre amb pasta fina
Escalopa de pollastre (S/SJ) amb Hortalisses gratinades
Macedònia de fruites amb galetes S/SOJA

Arròs amb espinacs saltejats (ceba, all, tomàquet i espinacs)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Fruita del temps



Crema de **carbassó**, porro i patata
Pollastre a la planxa amb espaguetis integrals, oli, sal i orenga
Tomàquet amanit
Fruita del temps

Patates amb verdures
Fricandó de vedella (ceba, tomàquet, all,bolets)
Amanida variada
Fruita del temps



Arròs amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Gall d'indi a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps

Crema de patata i porro
Arròs amb salsa de tomàquet i ou dur
Bastonets d'albergínia al forn
Fruita del temps





CONSELL COMARCAL
DEL BAGES

MENÚ

ABRIL 2024

DIETA:

**BAIXA EN GREIXOS / CALORÍES
HIPOCALÓRICA
DIETA PER HIPERCOLESTEROLÈMIA**

*Cuinat amb oli d'oliva verge extre / làctic acció social i proximitat/ pa integral de proximitat / aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIO DE LA DISTRIBUCIÓ

DILLUNS

1

DIMARTS

2

DIMECRES

3

DIJOUS

4

DIVENDRES

5

Macarrons integrals amb salsa de tomàquet
Lluç al forn
Xampinyons a l'allet
logurt natural desnatat



Trinxat de col i patata (col, patata i all)
Llenties estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Amanida variada
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i pèsols (pèsols, cebes, all, tomàquet i pastanaga)
Truita francesa
Tomàquet al forn
Fruita del temps

Crema de **carbassa**, patata i porro
Cigrons saltejats amb all, cebes, tomàquet i daus de pernil dolç
Amanida variada
Fruita del temps

8

Bledes amb patata a l'allet
Truita de carbassó i cebes
Amanida variada
Fruita del temps



9

Crema de coliflor i porro
Llenties saltejades amb verdures i cus cus (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet)
Fruita del temps

10

Escudella amb pasta fina (**porro, nap, api, pastanaga i pollastre**)
Carn d'olla (cigrons, col i patata amb pilota)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

11

Arròs a la camperola (ceba, tomàquet, pastanaga i carbassó)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
logurt natural desnatat

12

Mongeta blanca estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Aletes de pollastre al forn
Rodanxes de carbassó al forn
Fruita del temps

15

Llenties estofades amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Ous remenats
Patata al forn
Fruita del temps

16

Verdura s/mercat amb patates
Daus de pit de pollastre amb mongeta blanca saltejada
Amanida variada
Fruita del temps

17



Puré de cigrons (porro, patata i cigrons)
Coca de verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pebrot)
Amanida variada
Fruita del temps

18

Macarrons amb espinacs saltejats (ceba i espinacs)
Estofat de gall d'indi a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps

19

Arròs amb samfaina (pebrot, albergínia, cebes i tomàquet)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
logurt natural desnatat

22

Arròs caldós amb bolets (ceba, all i bolets variats)
Ous durs amb oli d'oliva
Amanida variada
Fruita del temps

MENÚ DE SANT JORDI

23

Sopa de pollastre amb pasta fina
Pollastre a la planxa
Hortalisses al forn
Macedònia de fruites



24

Cigrons estofats amb espinacs (ceba, all, tomàquet i espinacs)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Fruita del temps



25

Crema de **carbassó**, porro i patata
Espaguetis integrals amb bolonyesa de llenties (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
Tomàquet amanit
Fruita del temps

26

Fesols amb patata al vapor
Fricandó de vedella (ceba, tomàquet, all, bolets)
Amanida variada
Fruita del temps

29



Llenties amb verdures i arròs (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Hamburguesa de coliflor
Amanida variada
Fruita del temps

30

Crema de patata i porro
Arròs amb salsa de tomàquet i ou dur
Bastonets d'albergínia al forn
Fruita del temps





CONSELL COMARCAL
DEL BAGES

MENÚ

ABRIL 2024

DIETA:

SENSE FRUITS SECS
(també és sense sèsam)
***SENSE PELL FRUITA**

*Cuinat amb oli d'oliva verge extre / làctic acció social i proximitat/ pa integral de proximitat / aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIO DE LA DISTRIBUCIO

DILLUNS

1

DIMARTS

2

DIMECRES

3

DIJOUS

4

DIVENDRES

5

Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i formatge gratinat
LLuç al forn
Xampinyons a l'allet
Iogurt natural



Trinxat de col i patata (col, patata i all)
Llenties estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Amanida variada
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i pèsols (pèsols, cebes, all, tomàquet i pastanaga)
Truita francesa
Tomàquet al forn
Fruita del temps S/PELL

Crema de carbassa, patata i porro
Cigrons saltejats amb all, cebes, tomàquet i daus de pernil dolç
Amanida variada
Fruita del temps S/PELL

8

Bledes amb patata a l'allet
Truita de carbassó i ceba
Amanida variada
Fruita del temps S/PELL



9

Crema de coliflor i porro
Llenties saltejades amb verdures i cus cus (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet)
Fruita del temps S/PELL

10

Escudella amb pasta fina (porro, nap, api, pastanaga i pollastre)
Carn d'olla (cigrons, col i patata amb pilota)
Tomàquet amanit
Fruita del temps S/PELL

11

Arròs a la camperola (ceba, tomàquet, pastanaga i carbassó)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Iogurt natural

12

Mongeta blanca estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Aletes de pollastre al forn a la barbacoa
Rodanxes de carbassó al forn
Fruita del temps S/PELL

15

Llenties estofades amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Ous remenats
Patata al forn
Fruita del temps S/PELL

16

Verdura s/mercat amb patates
Daus de pit de pollastre amb mongeta blanca saltejada
Amanida variada
Fruita del temps S/PELL

17



Purè de cigrons (porro, patata i cigrons)
Coca de verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pebrot)
Amanida variada
Fruita del temps S/PELL

18

Macarrons integrals amb salsa d'espinacs (ceba, espinacs i llet)
Estofat de gall d'indi a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps S/PELL

19

Arròs amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Iogurt natural

22

Arròs caldós amb bolets (ceba, all i bolets variats)
Ous durs gratinats amb beixamel
Amanida variada
Fruita del temps S/PELL

MENÚ DE SANT JORDI

23



Sopa de pollastre amb pasta fina
Escalopa de pollastre (S/FS)
Hortalisses al forn
Macedònia de fruites (s/pell) amb galetes S/FS

24

Cigrons estofats amb espinacs (ceba, all, tomàquet i espinacs)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Fruita del temps S/PELL

25



Crema de carbassó, porro i patata
Espaguetis integrals amb bolonyesa de llenties (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
Tomàquet amanit
Fruita del temps S/PELL

26

Fesols amb patata al vapor
Fricandó de vedella (ceba, tomàquet, all, bolets)
Amanida variada
Fruita del temps S/PELL

29



Llenties amb verdures i arròs (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Gall d'indi a la planxa
Amanida variada
Fruita del temps S/PELL

30

Crema de patata i porro
Arròs amb salsa de tomàquet i ou dur
Bastonets d'albergínia al forn
Fruita del temps S/PELL





CONSELL COMARCAL
DEL BAGES

MENÚ

ABRIL 2024

DIETA:

SENSE KIWI

*Cuinat amb oli d'oliva verge extre / làctic acció social i proximitat/ pa integral de proximitat / aigua de xarxa

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIO DE LA DISTRIBUCIO

DILLUNS

1

DIMARTS

2

DIMECRES

3

DIJOUS

4

DIVENDRES

5

Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i formatge gratinat
Crestes de tonyina al forn
Xampinyons a l'allet
Iogurt natural



Trinxat de col i patata (col, patata i all)
Llenties estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Amanida variada
Fruita de temporada

Arròs amb verdures i pèsols (pèsols, cebes, all, tomàquet i pastanaga)
Truita francesa
Tomàquet al forn
Fruita del temps (NO KIWI)

Crema de carbassa, patata i porro
Cigrons saltejats amb all, cebes, tomàquet i daus de pernil dolç
Amanida variada
Fruita del temps (NO KIWI)

8

Bledes amb patata a l'allet
Truita de carbassó i ceba
Amanida variada
Fruita del temps (NO KIWI)



9

Crema de coliflor i porro
Llenties saltejades amb verdures i cus cus (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet)
Fruita del temps (NO KIWI)

10

Escudella amb pasta fina (porro, nap, api, pastanaga i pollastre)
Carn d'olla (cigrons, col i patata amb pilota)
Tomàquet amanit
Fruita del temps (NO KIWI)

11

Arròs a la camperola (ceba, tomàquet, pastanaga i carbassó)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Iogurt natural

12

Mongeta blanca estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Aletes de pollastre al forn a la barbacoa
Rodanxes de carbassó al forn
Fruita del temps (NO KIWI)

15

Llenties estofades amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Ous remenats
Patata al forn
Fruita del temps (NO KIWI)

16

Verdura s/mercat amb patates
Daus de pit de pollastre amb mongeta blanca saltejada
Amanida variada
Fruita del temps (NO KIWI)

17



Purè de cigrons (porro, patata i cigrons)
Coca de verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pebrot)
Amanida variada
Fruita del temps (NO KIWI)

18

Macarrons integrals amb salsa d'espinacs (ceba, espinacs i llet)
Estofat de gall d'indi a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Fruita del temps (NO KIWI)

19

Arròs amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba i tomàquet)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Iogurt natural

22

Arròs caldós amb bolets (ceba, all i bolets variats)
Ous durs gratinats amb beixamel
Amanida variada
Fruita del temps (NO KIWI)

MENÚ DE SANT JORDI

23

Sopa de pollastre amb pasta fina
Llibrets de gall d'indi
Hortalisses gratinades
Pastís de sant Jordi*



24

Cigrons estofats amb espinacs (ceba, all, tomàquet i espinacs)
Peix fresc s/mercat
Amanida variada
Fruita del temps (NO KIWI)

25



Crema de carbassó, porro i patata
Espaguetis integrals amb bolonyesa de llenties (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
Tomàquet amanit
Fruita del temps (NO KIWI)

26

Fesols amb patata al vapor
Fricandó de vedella (ceba, tomàquet, all, bolets)
Amanida variada
Fruita del temps (NO KIWI)

29



Llenties amb verdures i arròs (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Hamburguesa de coliflor
Amanida variada
Fruita del temps (NO KIWI)

30

Crema de patata i porro
Arròs amb salsa de tomàquet i ou dur
Bastonets d'albergínia al forn
Fruita del temps (NO KIWI)

