

DILLUNS

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

AbRil

1

FIDEUS A LA JARDINERA  
POLLOSTRE AL FORN  
ENCIAM, TOMÀQUET  
FRUITA

MONGETA TENDRA I PATATA /  
FALAFEL + FRUITA

2

CREMA DE CARABASSA  
AMB PIPES DE GIRASOL  
MAGRA DE PORC  
BLAT DE MORO, TOMÀQUET  
FRUITA

AMANIDA AMB FORMATGE FRESC /  
TRUITA DE PATATA + FRUITA

3

ARRÒS TRES DELICIES  
BACALLÀ AMB PATATA I CEBA  
FRUITA

CREMA DE VERDURES AMB PISTONS  
DE PA TORRAT / LLOM A LA PLANTXA +  
FRUITA

4

LLENTIES AMB QUINOA  
OUS FARCITS  
ENCIAM, POMA I VINAGRETA  
IOGURT NATURAL

CARABASSÓ GRATINAT / POLLASTRE  
A L'ALLADA + FRUITA

7

ARRÒS AMB TOMÀQUET  
TRUITA DE CARABASSÓ I CEBA  
COGOMBRE, OLIVES  
FRUITA

VERDURES TRES COLORS /  
BROQUETES POLLASTRE CASOLANS  
+ FRUITA

8

CREMA DE TEMPORADA  
FRICANDÓ DE VEDELLA  
FRUITA

VERDURES SALTEJADES AMB  
FIDEUS XINESOS / GAMBES PLANTXA  
+ FRUITA

9

CIGRONS A LA HORTELANA  
LLUÇ AMB CEBA  
I SALSÀ DE SOJA  
FRUITA

AMANIDA D'ARRÒS / CALAMARS  
ANDALUSA + IOGURT NATURAL

10

MONGETA TENDRA I PATATA  
INDIOT AMB FRUITA SECA  
IOGURT NATURAL

"FAJITA ": ENCIAM, TOMÀQUET,  
ALVOCAT, OU DUR I HUMUS + FRUITA

BABACOA

11

PASTA DE COLORS  
BUTIFARRA AMB PATATA CALIU  
GELAT

LLIBRETS D'ALBERGÍNIA FORN /  
BACALLÀ AMB ALL I JULIVERT +  
FRUITA

14

SETMANA SANTA

15

SETMANA SANTA

16

SETMANA SANTA

17

SETMANA SANTA

18

SETMANA SANTA

21

SETMANA SANTA

marroc

22

HUMUS AMB BASTONETS DE PASTANAGA  
I COGOMBRE  
TAJIN (VERDURES I PEIX)  
FRUITA

CREMA DE PORRO AMB  
CROSTONS DE PA / DAUET DE  
POLLASTRE ADOBAT+ FRUITA

catalunya · st. Jordi

23

SOPA DE LLETRES  
LLIBRETS DE PORC  
TOMÀQUET I PASTANAGA  
CREMA CATALANA

CIGRONS AMB ESPINACS/ OUS A LA  
PLANTXA+ FRUITA

india

24

ARRÒS BASMÀTIC  
POLLASTRE AL CURRY  
ENCIAM I OLIVES  
FRUITA

BRÒQUIL AMB PATATA /ORADA AL  
FORN+ IOGURT

estats units

25

BURGUER DE VEDELLA +  
KETCHUP CASOLÀ  
PATATES DE LUX  
AMANIDA  
FRUITA

SOPA D'ARRÒS AMB JULIANA DE  
PASTANAGA / TRUITA DE TONYINA Y  
ORENGA + FRUITA



28

CREMA DE PASTANAGA PIPES  
DE GIRASOL  
LLUÇ FORN  
BULGUR A L'ALLADA  
FRUITA

QUINOA AMB VERDURES / TRUITA DE  
PASTANAGA RATLLADA + FRUITA



29

MACARRONS INTEGRALS AMB  
FORMATGE I OLI D'ALFABREGA  
ALES DE POLLASTRE AL FORN  
ENCIAM, OLIVES  
FRUITA

SATEJAT DE VERDURES ORIENTAL  
(CURRI I SALSÀ SOJA) / GALL AMB  
PATATA AL PAPILOT+ FRUITA

30

CIGRONS AMB PORRO I CARABASSA  
TRUITA DE FORMATGE  
TOMÀQUET, ENCIAM  
FRUITA

PURÉ DE PATATA / BROQUETES DE  
VERDURES I POLLASTRE AL FORN /  
FRUITA

El que ens diferencia



Recomanació  
Sopar



Integral



Proteïna  
Vegetal



Peix  
Sostenible



Producte de  
Temporada

Sabies què...?

CAL REDUÏR... ELS PROCESSATS  
(EMBOTITS, PATÉS, SALSITXES,  
HAMBURGUESES, ETC.)

Tastet Mensual



CREMA DE PASTANAGA AMB PIPES  
DE GIRASOL



NUTRICIONISTA:  
Sabina Torrens Martín  
Núm. Col·legiat: CAT001312  
sabinanutricio@gmail.com

· La fruita i la verdura seran de proximitat i de temporada i majoritàriament ecològiques.  
· Els llegums i la pasta seran ecològics.  
· La carn de vedella o pollastre serà ecològica un cop al mes.  
· El menú anirà acompanyat diàriament amb pa (blanc i integral) i aigua.

AFA:  
© migdia@afapuigventos.cat  
Telegram: 644 397 128  
www.afapuigventos.cat

AFA PUIGVENTÓS