



## Menú General, mes de maig de 2026

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i oli d'oliva verge per trempar.

Les fruites del mes de són: nectarina, poma, taronja, pera, plàtan.

Cada mes s'ofereix ou campero de proximitat a les receptes on estigui permès utilitzar ou fresc.

1

### Festivo

4	5	6	7	8
No lectiu	Ensalada d'iceberg, pastanaga, tomàtiga i olives (3)	Arròs 3 delícies amb Pernil cuit (6)	Llenties estofades amb Verdures (3)	Ensalada variada
	Espaguetis integrals amb Salsa a la Bolonyesa (1,3) (ceba, pastanaga, tomàtiga triturada, carn picada) Fruita Cítrica	Ou bullit (3) Ensalada d'iceberg, romana, pastanaga i tonyina (4) Fruita de Temporada	Escalop de Pollastre (ou, patallat) (1,3) Patata rostida i Tomàtiga trempada Fruita Cítrica	Aguiat de Ciurons amb Fideus gruixats i Verdures (1,3,9) (ceba, tomàtiga, pèsols, pastanaga, api, nap) Fruita de Temporada
	Sugeriment de sopar: Sopa i ous romputs amb patata / Fruita	Sugeriment de sopar: Llenties amb verdures i arròs / Fruita	Sugeriment de sopar: Ensalada de cuscús amb formatge / Fruita	Sugeriment de sopar: Ensalada i quesadillas variades / Fruita
11	12	13	14	15
Ensalada d'iceberg, roble, pastanaga, tomàtiga, tonyina i olives (4) Llenties estofades amb Arròs i Verdures (1) (ceba, tomàtiga, espinacs, pastanaga) Fruita Cítrica	Crema de Bròquil amb Crostons (1) Lluç al forn amb Velouté (4) Arròs saltat Fruita de Temporada	Ciurons trempats amb Patata (all, oli, pebre bord) Truita a la Francesa (3) Ensalada de iceberg, escarola, tomate y aceitunas Fruita Cítrica	Crema de Pastanaga Indiot al curry (ceba, nata, curry) (7) Patata rostida Fruita de Temporada	Arroz de Peix (2,4,14) Bacallà enfarinat (farina de blat i de ciurons) (1,4) Ensalada de iceberg, roble, zanahoria y maíz Fruita de Temporada
Sugerencia de cena: Sopa y tortilla con pimientos asados / Fruta	Sugeriment de sopar: Ensalada de cuscús amb pollastre / Fruita	Sugerencia de cena: Arroz con verduras y picada de frutos secos / Fruta	Sugeriment de sopar: Ensalada i salmó a la planxa amb patata / Fruita	Sugerencia de cena: Tortillas mexicanas de verdures i carn / Fruta
18	19	20	21	22
Ensalada d'iceberg, escarola, tomàtiga, pastanaga, olives i tonyina (4) Arròs integral a la Cubana (all, tomàtiga triturada, aromàtiques i ou fresc) (3) Fruita de Temporada	Trempó amb Ciurons Lluç enfarinat (farina de blat i de ciurons) (1,4) Patata al forn Fruita Cítrica	Crema de Bledes i Pastanaga Estofat d'Indiot Patata i Verdures (ceba, pastanaga, pèsols) Fruita de Temporada	Sopa de Brou de Pollastre amb Fideví integral (1,3) Gallineta al forn amb Picada d'all, julivert, llimona Salsa de Ceba, Pebre vermell i Arròs Fruita de Temporada	Crema de Carabassa amb Crostons (1) Pollastre a la planxa amb Ceba Ensalada d'iceberg, roble, tomàtiga i olives Fruita de Temporada
Sugeriment de sopar: Espirals de llegum amb xampinyons / Fruita	Sugeriment de sopar: Sopa de pasta amb verdures i ou bullit / Fruita	Sugeriment de sopar: Ensalada i burger de ciurons amb arròs / Fruita	Sugeriment de sopar: Ensalada i truita de patata i ceba / Fruita	Sugeriment de sopar: Coca de verdures i sardines / Fruita
25	26	27	28	29
Ciurons amb Grells i Salsa de Tomàtiga Bacallà enfarinat (farina de blat i de ciurons) (1,4) Mongetes tendres, Pastanaga i Patata bullida Fruita Cítrica	Arròs sec de Verdures Truita de Patata (3) Ensalada d'iceberg, escarola, tomàtiga i olives Fruita de Temporada	Macarrons integrals amb Salsa al Pesto (1,3,7) Salmó a la planxa (4) Ensalada d'iceberg, romana, pastanaga i blat de les índies Fruita de Temporada	Ensalada d'iceberg, roure, pastanaga, tomàtiga, blat de les índies i olives Llenties estofades amb Arròs i Verdures (1) (ceba, tomàtiga, mongetes tendres, pastanaga) Fruita Cítrica	Crema de Verdures Pizza casolana Margarita (1,7) Tomàtiga trempada amb olives Fruita de Temporada
Sugeriment de sopar: Ensalada i hamburguesa a la planxa / Fruita	Sugeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	Sugeriment de sopar: Cuscús amb verdures i ciurons / Fruita	Sugeriment de sopar: Sopa i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Sugerencia de cena: Pa amb oli / Fruta

1: Gluten 2: Crustáceos 3: Huevo 4: Pescado 5: Cacahuete 6: Soja 7: Leche 8: Frutos secos 9: Apio 10: Mostaza 11: Sésamo 12: Sulfitos 13: Altramuces 14: Moluscos



## Menú General, mes de mayo de 2026

La cocina utiliza aceite de oliva virgen para cocinar y virgen extra para aliñar.

Las frutas del mes de enero son: mandarina, manzana, naranja, pera, plátano

Cada mes se ofrecerá **huevo campero de proximidad** en las recetas en las que se permite utilizar huevo fresco.

1

### Festivo

4	5	6	7	8
No lectivo	Ensalada de iceberg, zanahoria, tomate y aceitunas	Arroz 3 delicias con Jamón cocido (6)	Lentejas estofadas con Verduras (1)	Ensalada variada
	Espaguetis integrales con Salsa a la Boloñesa (1,3) (cebolla, zanahoria, tomate triturado, carne picada) Fruta de Temporada	Huevo cocido (3)	Escalope de Pollo (huevo, pan rallado) (1,3)	Estofado de Garbanzos con Fideo grueso y Verduras (1,3,9) (cebolla, tomate, guisantes, zanahoria, apio, nabo) Fruta de Temporada
	Sugerencia de cena: Ensalada y huevos rotos con patata / Fruta	Sugerencia de cena: Lentejas con verduras y arroz / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada de cuscús con queso / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada y quesadillas variadas / Fruta
11	12	13	14	15
Ensalada de iceberg, roble, zanahoria, tomate, atún y aceitunas (4)	Crema de Brócoli con Crostones (1)	Garbanzos aliñados con Patata (ajo, aceite, pimentón dulce)	Crema de Zanahoria	Arroz de Pescado (2,4,14)
Lentejas estofadas con Arroz y Verduras (1) (cebolla, tomate, judías verdes, zanahoria) Fruta Cítrica	Merluza al horno con Velouté (4) Arroz salteado Fruta de Temporada	Tortilla a la Francesa (3)	Pavo al curry (cebolla, nata, curry) (7)	Bacalao enharinado (harina de trigo y de garbanzos) (4)
Sugerencia de cena: Sopa y tortilla con pimientos asados / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada de cuscús con pollo / Fruta	Sugerencia de cena: Arroz con verduras y picada de frutos secos / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada y salmón a la plancha con patata / Fruta	Sugerencia de cena: Tortillas mexicanas de verduras y carne / Fruta
18	19	20	21	22
Ensalada de iceberg, tomate, zanahoria, aceitunas y atún (4)	Trempó con Garbanzos	Crema de Acelgas y Zanahoria	Sopa de Caldo de Pollo con Fideví integral (1,3)	Crema de Calabaza con Crostones (1)
Arroz integral a la Cubana (ajo, tomate, aromáticos y huevo plancha) (3) Fruta de Temporada	Merluza enharinada (harina de trigo y de garbanzos) (1,4) Patata asada Fruta Cítrica	Estofado de Pavo Patata y Verduras (cebolla, zanahoria, guisantes) Fruta de Temporada	Gallineta al horno con Picada de ajo, perejil, limón Salsa de Cebolla, Pimiento rojo y Arroz Fruta de Temporada	Pollo a la plancha con Cebolla Ensalada de iceberg, roble, tomate y aceitunas Fruta de Temporada
Sugerencia de cena: Espirales de legumbre con champiñones / Fruta	Sugerencia de cena: Sopa de pasta con verduras y huevo cocido / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada y burger de garbanzos con arroz / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada y tortilla de patata y cebolla / Fruta	Sugerencia de cena: Coca de verduras y sardinas / Fruta
25	26	27	28	29
Ensalada de Garbanzos con Tomate, Aceitunas y Atún (4)	Arroz salteado con Verduras	Macarrones integrales con Salsa al Pesto (1,3,7)	Ensalada de iceberg, roble, zanahoria, tomate, maíz y aceitunas	Crema de Verduras
Bacalao enharinado (harina de trigo y de garbanzos) (1,4)	Tortilla de Patata (3)	Salmón a la plancha (4)	Lentejas estofadas con Arroz y Verduras (1)	Pizza casera Margarita (1,7)
Judía verde, Zanahoria y Patata Hervida Fruta Cítrica	Ensalada de iceberg, escarola, tomate y aceitunas Fruta de Temporada	Ensalada de iceberg, romana, zanahoria y maíz Fruta de Temporada	(cebolla, tomate, judías verdes, zanahoria) Fruta Cítrica	Tomate aliñado con Aceitunas Fruta de Temporada
Sugerencia de cena: Ensalada y hamburgues a la plancha / Fruta	Sugerencia de cena: Espirales de legumbre con verduras / Fruta	Sugerencia de cena: Cuscús con verduras y garbanzos / Fruta	Sugerencia de cena: Sopa y tortilla a la francesa con ensalada / Fruta	Sugerencia de cena: Pa amb oli / Fruta

1: Gluten 2: Crustáceos 3: Huevo 4: Pescado 5: Cacahuete 6: Soja 7: Leche 8: Frutos secos 9: Apio 10: Mostaza 11: Sésamo 12: Sulfitos 13: Altramuces 14: Moluscos