

# Mallorca

## Basal

### Abril

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2 Arròs integral amb tomàquet Truita de carbassó amb escarola Fruita i pa integral	3 Crema de carbassa Cigrons estofats logurt ECO i pa integral	4 Llenties estofades Maira d'Arenys fregida amb oli d'oliva amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	5 Espirals a la putanesca Pernilets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita i pa integral
8 Arròs integral saltejat amb verdures Salmó a la taronja Fruita i pa integral	9 Espaguetis amb pesto d'espínacs Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga Fruita i pa integral	10 Mongetes blanques estofades Truita francesa amb enciam, llombarda i pastanaga logurt ECO i pa integral	11 Crema de bròquil i pastanaga Pollastre al forn amb tomàquet i olives Fruita i pa integral	12 Minestra de verdures Llenties estofades Fruita i pa integral
15 Macarrons amb tomàquet Truita de pernil dolç amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	16 Mongetes verdes i patata Cigrons estofats amb verdures Fruita i pa integral	17 Sopa de pistons Cuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga logurt ECO i pa integral	18 Llenties estofades Seitons arrebossats amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	19 Arròs integral amb blat de moro, pastanaga i ceba Estofat de vedella amb verdures Fruita i pa integral
22 Arròs integral tres delícies Lluç a la marinera Fruita i pa integral	23 <b>SANT JORDI</b> Sopa de lletres Llibrets de llom amb enciam i olives Pastís de Sant Jordi i pa integral	24 Crema de verdures Llenties estofades logurt ECO i pa integral	25 Cigrons estofats Truita de formatge amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa integral	26 Tricolor de verdures Mongetes blanques amb salsa de tomàquet Fruita i pa integral
29 Crema de carbassó Pollastre al forn Amb amanida Fruita i pa integral	30 Arròs integral amb xampinyons, pastanaga i ceba Ous durs amb tomàquet gratinats amb formatge Fruita i pa integral			

# Mallorca

## Sense porc

### Abril

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2 Arròs integral amb tomàquet Truita de carbassó amb escarola Fruita i pa integral	3 Crema de carbassa Cigrons estofats logurt ECO i pa integral	4 Llenties estofades Maira d'Arenys fregida amb oli d'oliva amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	5 Espirals a la putanesca Pernilets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita i pa integral
8 Arròs integral saltejat amb verdures Salmó a la taronja Fruita i pa integral	9 Espaguetis amb pesto d'espínacs Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga Fruita i pa integral	10 Mongetes blanques estofades Truita francesa amb enciam, llombarda i pastanaga logurt ECO i pa integral	11 Crema de bròquil i pastanaga Pollastre al forn amb tomàquet i olives Fruita i pa integral	12 Minestra de verdures Llenties estofades Fruita i pa integral
15 Macarrons amb tomàquet Truita francesa amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	16 Mongetes verdes i patata Cigrons estofats amb verdures Fruita i pa integral	17 Sopa de pistons *brou d'au Cuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga logurt ECO i pa integral	18 Llenties estofades Seitons arrebossats amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	19 Arròs integral amb blat de moro, pastanaga i ceba Estofat de vedella amb verdures Fruita i pa integral
22 Arròs integral tres delícies Lluç a la marinera Fruita i pa integral	23 <b>SANT JORDI</b> Sopa de lletres *brou d'au Llibrets de gall d'indi amb enciam i olives Pastís de Sant Jordi i pa integral	24 Crema de verdures Llenties estofades logurt ECO i pa integral	25 Cigrons estofats Truita de formatge amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa integral	26 Tricolor de verdures Mongetes blanques amb salsa de tomàquet Fruita i pa integral
29 Crema de carbassó Pollastre al forn Amb amanida Fruita i pa integral	30 Arròs integral amb xampinyons, pastanaga i ceba Ous durs amb tomàquet gratinats amb formatge Fruita i pa integral			

# Mallorca

## Sense vedella

### Abril

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2 Arròs integral amb tomàquet Truita de carbassó amb escarola Fruita i pa integral	3 Crema de carbassa Cigrons estofats logurt ECO i pa integral	4 Llenties estofades Maira d'Arenys fregida amb oli d'oliva amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	5 Espirals a la putanesca Pernilets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita i pa integral
8 Arròs integral saltejat amb verdures Salmó a la taronja Fruita i pa integral	9 Espaguetis amb pesto d'espínacs Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga Fruita i pa integral	10 Mongetes blanques estofades Truita francesa amb enciam, llombarda i pastanaga logurt ECO i pa integral	11 Crema de bròquil i pastanaga Pollastre al forn amb tomàquet i olives Fruita i pa integral	12 Minestra de verdures Llenties estofades Fruita i pa integral
15 Macarrons amb tomàquet Truita de pernil dolç amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	16 Mongetes verdes i patata Cigrons estofats amb verdures Fruita i pa integral	17 Sopa de pistons Cuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga logurt ECO i pa integral	18 Llenties estofades Seitons arrebossats amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	19 Arròs integral amb blat de moro, pastanaga i ceba <i>Estofat de gall d'indi</i> amb verdures Fruita i pa integral
22 Arròs integral tres delícies Lluç a la marinera Fruita i pa integral	23 <b>SANT JORDI</b> Sopa de lletres Llibrets de llom amb enciam i olives Pastís de Sant Jordi i pa integral	24 Crema de verdures Llenties estofades logurt ECO i pa integral	25 Cigrons estofats Truita de formatge amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa integral	26 Tricolor de verdures Mongetes blanques amb salsa de tomàquet Fruita i pa integral
29 Crema de carbassó Pollastre al forn Amb amanida Fruita i pa integral	30 Arròs integral amb xampinyons, pastanaga i ceba Ous durs amb tomàquet gratinats amb formatge Fruita i pa integral			

# Mallorca

## Halal

## Abril

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2 Arròs integral amb tomàquet Truita de carbassó amb escarola Fruita i pa integral	3 Crema de carbassa Cigrons estofats logurt ECO i pa integral	4 Llenties estofades Maira d'Arenys fregida amb oli d'oliva amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	5 Espirals a la putanesca Pernilets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita i pa integral
8 Arròs integral saltejat amb verdures Salmó a la taronja Fruita i pa integral	9 Espaguetis amb pesto d'espínacs Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga Fruita i pa integral	10 Mongetes blanques estofades Truita francesa amb enciam, llobarda i pastanaga logurt ECO i pa integral	11 Crema de bròquil i pastanaga Pollastre al forn amb tomàquet i olives Fruita i pa integral	12 Minestra de verdures Llenties estofades Fruita i pa integral
15 Macarrons amb tomàquet Truita francesa amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	16 Mongetes verdes i patata Cigrons estofats amb verdures Fruita i pa integral	17 Sopa de pistons* <i>brou d'au</i> Cuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga logurt ECO i pa integral	18 Llenties estofades Seitons arrebossats amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	19 Arròs integral amb blat de moro, pastanaga i ceba Estofat de gall d'indi amb verdures Fruita i pa integral
22 Arròs integral tres delícies Lluç a la marinera Fruita i pa integral	23 <b>SANT JORDI</b> Sopa de lletres* <i>brou d'au</i> <i>Llibrets de gall d'indi</i> amb enciam i olives Pastís de Sant Jordi i pa integral	24 Crema de verdures Llenties estofades logurt ECO i pa integral	25 Cigrons estofats Truita de formatge amb enciam, llobarda i pastanaga Fruita i pa integral	26 Tricolor de verdures Mongetes blanques amb salsa de tomàquet Fruita i pa integral
29 Crema de carbassó Pollastre al forn Amb amanida Fruita i pa integral	30 Arròs integral amb xampinyons, pastanaga i ceba Ous durs amb tomàquet gratinats amb formatge Fruita i pa integral			

# Mallorca

## Sense carn

### Abril

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2 Arròs integral amb tomàquet Truita de carbassó amb escarola Fruita i pa integral	3 Crema de carbassa Cigrons estofats logurt ECO i pa integral	4 Llenties estofades Maira d'Arenys fregida amb oli d'oliva amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	5 Espirals a la putanesca <i>Remenat d'ou i xampinyons amb enciam i pastanaga</i> Fruita i pa integral
8 Arròs integral saltejat amb verdures Salmó a la taronja Fruita i pa integral	9 Espaguetis amb pesto d'espínacs Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga Fruita i pa integral	10 Mongetes blanques estofades Truita francesa amb enciam, llombarda i pastanaga logurt ECO i pa integral	11 Crema de bròquil i pastanaga <i>Peix al forn amb tomàquet i olives</i> Fruita i pa integral	12 Minestra de verdures Llenties estofades Fruita i pa integral
15 Macarrons amb tomàquet <i>Truita francesa amb enciam i blat de moro</i> Fruita i pa integral	16 Mongetes verdes i patata Cigrons estofats amb verdures Fruita i pa integral	17 <i>Sopa de de verdures i pistons</i> <i>Peix al forn amb enciam i pastanaga</i> logurt ECO i pa integral	18 Llenties estofades Seitons arrebossats amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	19 Arròs integral amb blat de moro, pastanaga i ceba <i>Truita de formatge Amb amanida</i> Fruita i pa integral
22 Arròs integral tres delícies Lluç a la marinera Fruita i pa integral	23 <b>SANT JORDI</b> <i>Sopa de de verdures i lletres</i> <i>Hamburguesa vegetal amb enciam i olives</i> Pastís de Sant Jordi i pa integral	24 Crema de verdures Llenties estofades logurt ECO i pa integral	25 Cigrons estofats Truita de formatge amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa integral	26 Tricolor de verdures Mongetes blanques amb salsa de tomàquet Fruita i pa integral
29 Crema de carbassó <i>Peix al forn Amb amanida</i> Fruita i pa integral	30 Arròs integral amb xampinyons, pastanaga i ceba Ous durs amb tomàquet gratinats amb formatge Fruita i pa integral			

# Mallorca

## Vegetarià

### Abril

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2 Arròs integral amb tomàquet Truita de carbassó amb escarola Fruita i pa integral	3 Crema de carbassa Cigrons estofats logurt ECO i pa integral	4 Llenties estofades <i>Saltat de verdures</i> Fruita i pa integral	5 Espirals a la putanesca <i>Remenat d'ou i xampinyons amb enciam i pastanaga</i> Fruita i pa integral
8 Arròs integral saltejat amb verdures <i>Tofu amb tomàquet</i> Fruita i pa integral	9 Espaguetis amb pesto d'espínacs Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga Fruita i pa integral	10 Mongetes blanques estofades Truita francesa amb enciam, llombarda i pastanaga logurt ECO i pa integral	11 Crema de bròquil i pastanaga <i>Seitan amb verdures amb tomàquet i olives</i> Fruita i pa integral	12 Minestra de verdures Llenties estofades Fruita i pa integral
15 Macarrons amb tomàquet <i>Truita francesa amb enciam i blat de moro</i> Fruita i pa integral	16 Mongetes verdes i patata Cigrons estofats amb verdures Fruita i pa integral	17 <i>Sopa de de verdures i pistons</i> <i>Tofu amb verdures</i> logurt ECO i pa integral	18 Llenties estofades <i>Saltat de verdures</i> Fruita i pa integral	19 Arròs integral amb blat de moro, pastanaga i ceba <i>Truita de formatge Amb amanida</i> Fruita i pa integral
22 Arròs integral tres delícies <i>Tofu amb verduretes</i> Fruita i pa integral	23 <b>SANT JORDI</b> <i>Sopa de de verdures i lletres</i> <i>Hamburguesa vegetal amb enciam i olives</i> Pastís de Sant Jordi i pa integral	24 Crema de verdures Llenties estofades logurt ECO i pa integral	25 Cigrons estofats Truita de formatge amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa integral	26 Tricolor de verdures Mongetes blanques amb salsa de tomàquet Fruita i pa integral
29 Crema de carbassó <i>Llenties amb verdures</i> Fruita i pa integral	30 Arròs integral amb xampinyons, pastanaga i ceba Ous durs amb tomàquet gratinats amb formatge Fruita i pa integral			

# Mallorca

## Sense gluten

### Abril

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2 Arròs integral amb tomàquet Truita de carbassó amb escarola Fruita i pa <i>s/gluten</i>	3 Crema de carbassa Cigrons estofats logurt ECO i pa <i>s/gluten</i>	4 Llenties* estofades Maira d'Arenys fregida <i>s/gluten</i> amb oli d'oliva amb enciam i blat de moro Fruita i pa <i>s/gluten</i>	5 Espirals <i>s/gluten</i> a la putanesca Pernillets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita i pa <i>s/gluten</i>
8 Arròs integral saltejat amb verdures Salmó a la taronja Fruita i pa <i>s/gluten</i>	9 Espaguetis <i>s/gluten</i> amb pesto d'espínacs Hummus* de cigrons amb bastonets de pastanaga Fruita i pa integral	10 Mongetes blanques estofades Truita francesa amb enciam, llombarda i pastanaga logurt ECO i pa <i>s/gluten</i>	11 Crema de bròquil i pastanaga Pollastre al forn amb tomàquet i olives Fruita i pa <i>s/gluten</i>	12 Minestra de verdures Llenties* estofades Fruita i pa <i>s/gluten</i>
15 Macarrons <i>s/gluten</i> amb tomàquet Truita de pernil dolç amb enciam i blat de moro Fruita i pa <i>s/gluten</i>	16 Mongetes verdes i patata Cigrons estofats amb verdures Fruita i pa <i>s/gluten</i>	17 Sopa de pistons <i>s/gluten</i> Cuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga logurt ECO i pa <i>s/gluten</i>	18 Llenties* estofades <i>Peix arrebossat s/gluten</i> amb enciam i blat de moro Fruita i pa <i>s/gluten</i>	19 Arròs integral amb blat de moro, pastanaga i ceba Estofat de vedella amb verdures* Fruita i pa <i>s/gluten</i>
22 Arròs integral tres delícies Lluç a la marinera Fruita i pa <i>s/gluten</i>	23 <b>SANT JORDI</b> Sopa de lletres <i>s/gluten</i> Llibrets de llom <i>s/gluten</i> amb enciam i olives Pastís <i>s/gluten</i> i pa <i>s/gluten</i>	24 Crema de verdures Llenties estofades logurt ECO i pa <i>s/gluten</i>	25 Cigrons estofats Truita de formatge amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa <i>s/gluten</i>	26 Tricolor de verdures Mongetes blanques amb salsa de tomàquet Fruita i pa <i>s/gluten</i>
29 Crema de carbassó Pollastre al forn Amb amanida Fruita i pa <i>s/gluten</i>	30 Arròs integral amb xampinyons, pastanaga i ceba Ous durs amb tomàquet gratinats amb formatge Fruita i pa <i>s/gluten</i>			

# Mallorca

## Sense fruits secs

### Abril

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2 Arròs integral amb tomàquet Truita de carbassó amb escarola Fruita i pa s/traces	3 Crema de carbassa Cigrons estofats logurt ECO i pa s/traces	4 Llenties estofades Maira d'Arenys fregida amb oli d'oliva amb enciam i blat de moro Fruita i pa s/traces	5 Espirals a la putanesca Pernilets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita i pa s/traces
8 Arròs integral saltejat amb verdures Salmó a la taronja Fruita i pa s/traces	9 Espaguetis amb pesto d'espínacs Hummus de cigrons* s/sèsam amb bastonets de pastanaga Fruita i pa s/traces	10 Mongetes blanques estofades Truita francesa amb enciam, llombarda i pastanaga logurt ECO i pa s/traces	11 Crema de bròquil i pastanaga Pollastre al forn amb tomàquet i olives Fruita i pa s/traces	12 Minestra de verdures Llenties estofades Fruita i pa s/traces
15 Macarrons amb tomàquet Truita de pernil dolç amb enciam i blat de moro Fruita i pa s/traces	16 Mongetes verdes i patata Cigrons estofats amb verdures Fruita i pa s/traces	17 Sopa de pistons Cuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga logurt ECO i pa s/traces	18 Llenties estofades <i>Peix arrebossat</i> amb enciam i blat de moro Fruita i pa s/traces	19 Arròs integral amb blat de moro, pastanaga i ceba Estofat de vedella amb verdures Fruita i pa s/traces
22 Arròs integral tres delícies Lluç a la marinera Fruita i pa s/traces	23 <b>SANT JORDI</b> Sopa de lletres <i>Llom arrebossat</i> amb enciam i olives Pastís s/traces i pa s/traces	24 Crema de verdures Llenties estofades logurt ECO i pa s/traces	25 Cigrons estofats Truita de formatge amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa s/traces	26 Tricolor de verdures Mongetes blanques amb salsa de tomàquet Fruita i pa s/traces
29 Crema de carbassó Pollastre al forn Amb amanida Fruita i pa s/traces	30 Arròs integral amb xampinyons, pastanaga i ceba Ous durs amb tomàquet gratinats amb formatge Fruita i pa s/traces			



# Mallorca

Sense fruits secs ni  
llegum

**Abril**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2	3	4	5
	Arròs integral amb tomàquet Trita de carbassó amb escarola Fruita i pa s/traces	Crema de carbassa <i>Llom planxa</i> <i>Amb amanida</i> logurt ECO i pa s/traces	<i>Verdura amb patata</i> Maira d'Arenys fregida amb oli d'oliva amb enciam i blat de moro Fruita i pa s/traces	Espirals a la putanesca Pernilets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita i pa s/traces
8	9	10	11	12
Arròs integral saltejat amb verdures Salmó a la taronja Fruita i pa s/traces	Espaguetis amb pesto d'espínacs <i>Gall d'indi planxa</i> amb bastonets de pastanaga Fruita i pa s/traces	Mongetes blanques estofades Trita francesa amb enciam, llombarda i pastanaga logurt ECO i pa s/traces	Crema de bròquil i pastanaga Pollastre al forn amb tomàquet i olives Fruita i pa s/traces	Minestra de verdures sense pèsols Llom de porc a la planxa Fruita i pa s/traces
15	16	17	18	19
Macarrons amb tomàquet Trita de pernil dolç amb enciam i blat de moro Fruita i pa s/traces	Mongetes verdes i patata Gall d'indi a la planxa Fruita i pa s/traces	Sopa de pistons Cuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga logurt ECO i pa s/traces	Saltejat de verdures <i>Peix arrebossat</i> amb enciam i blat de moro Fruita i pa s/traces	Arròs integral amb blat de moro, pastanaga i ceba Estofat de vedella amb verdures Fruita i pa s/traces
22	23 <b>SANT JORDI</b>	24	25	26
Arròs saltat amb pastanaga i bla Lluç a la marinera Fruita i pa s/traces	Sopa de lletres <i>Llom arrebossat</i> amb enciam i olives Pastís s/traces i pa s/traces	Crema de verdures Pollastre al forn logurt ECO i pa s/traces	Saltejat de verdures Trita de formatge amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa s/traces	Tricolor de verdures Gall d'indi amb salsa de tomàquet Fruita i pa s/traces
29	30			
Crema de carbassó Pollastre al forn Amb amanida Fruita i pa s/traces	Arròs integral amb xampinyons, pastanaga i ceba Ous durs amb tomàquet gratinats amb formatge Fruita i pa s/traces			

# Mallorca

Sense gluten, proteïna llet de vaca ni fruits secs

## Abril

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2	3	4	5
	Arròs integral amb tomàquet  Truita de carbassó amb escarola  Fruita i pa <i>s/traces</i>	Crema de carbassa <i>s/làctics</i> Cigrons estofats  <i>logurt de soja</i> i pa <i>s/traces</i>	Llenties* estofades  Maira d'Arenys fregida <i>s/gluten</i> amb oli d'oliva amb enciam i blat de moro  Fruita i pa <i>s/traces</i>	<i>Pasta s/gluten</i> a la putanesca  Pernillets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga  Fruita i pa <i>s/traces</i>
8	9	10	11	12
Arròs integral saltejat amb verdures  Salmó a la taronja  Fruita i pa <i>s/traces</i>	Espaguetis <i>s/gluten</i> amb pesto d'espinaacs  Hummus* <i>sense làctics ni sèsam</i> de cigrons amb bastonets de pastanaga  Fruita i pa <i>s/traces</i>	Mongetes blanques estofades Truita francesa amb enciam, llombarda i pastanaga  <i>logurt de soja</i> i pa <i>s/traces</i>	Crema de bròquil i pastanaga <i>s/làctics</i>  Pollastre al forn amb tomàquet i olives  Fruita i pa <i>s/traces</i>	Minestra de verdures  Llenties* estofades  Fruita i pa <i>s/traces</i>
15	16	17	18	19
Macarrons <i>s/gluten</i> amb tomàquet  Truita de pernil dolç amb enciam i blat de moro  Fruita i pa <i>s/traces</i>	Mongetes verdes i patata  Cigrons estofats amb verdures  Fruita i pa <i>s/traces</i>	Sopa de pistons <i>s/gluten</i>  Cuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga  <i>logurt de soja</i> i pa <i>s/traces</i>	Llenties* estofades  <i>Peix arrebossat s/gluten</i> amb enciam i blat de moro  Fruita i pa <i>s/traces</i>	Arròs integral amb blat de moro, pastanaga i ceba  Estofat de vedella amb verdures*  Fruita i pa <i>s/traces</i>
22	23 SANT JORDI	24	25	26
Arròs integral tres delícies  Lluç a la marinera  Fruita i pa <i>s/traces</i>	Sopa de lletres <i>s/gluten</i> <i>Llom arrebossat s/gluten</i> amb enciam i olives Pastís <i>s/traces</i> i pa <i>s/traces</i>	Crema de verdures <i>s/làctics</i> Llenties estofades  <i>logurt de soja</i> i pa <i>s/traces</i>	Cigrons estofats  <i>Truita francesa</i> amb enciam, llombarda i pastanaga  Fruita i pa <i>s/traces</i>	Tricolor de verdures  Mongetes blanques amb salsa de tomàquet  Fruita i pa <i>s/traces</i>
29	30			
Crema de carbassó <i>s/làctics</i> Pollastre al forn Amb amanida  Fruita i pa <i>s/traces</i>	Arròs integral amb xampinyons, pastanaga i ceba Ous durs amb tomàquet <i>s/làctics</i>  Fruita i pa <i>s/traces</i>			

# Mallorca

Sense lactosa ni proteïna llet  
de vaca

**Abril**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2 Arròs integral amb tomàquet  Truita de carbassó amb escarola  Fruita i pa <i>s/traces</i>	3 Crema de carbassa <i>s/làctics</i> Cigrons estofats  <i>logurt de soja i pa s/traces</i>	4 Llenties estofades  Maira d'Arenys fregida amb oli d'oliva amb enciam i blat de moro  Fruita i pa <i>s/traces</i>	5 Espirals a la putanesca  Pernilets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga  Fruita i pa <i>s/traces</i>
8 Arròs integral saltejat amb verdures  Salmó a la taronja  Fruita i pa <i>s/traces</i>	9 Espaguetis amb pesto d'espínacs  Hummus* <i>sense làctics ni sèsam</i> de cigrons amb bastonets de pastanaga  Fruita i pa integral	10 Mongetes blanques estofades Truita francesa amb enciam, llombarda i pastanaga  <i>logurt de soja i pa s/traces</i>	11 Crema de bròquil i pastanaga <i>s/làctics</i>  Pollastre al forn amb tomàquet i olives  Fruita i pa <i>s/traces</i>	12 Minestra de verdures  Llenties estofades  Fruita i pa <i>s/traces</i>
15 Macarrons amb tomàquet  Truita francesa amb enciam i blat de moro  Fruita i pa <i>s/traces</i>	16 Mongetes verdes i patata  Cigrons estofats amb verdures  Fruita i pa <i>s/traces</i>	17 Sopa de pistons  Cuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga  <i>logurt de soja i pa s/traces</i>	18 Llenties estofades  <i>Peix arrebossats</i> amb enciam i blat de moro  Fruita i pa <i>s/traces</i>	19 Arròs integral amb blat de moro, pastanaga i ceba  Estofat de vedella amb verdures  Fruita i pa <i>s/traces</i>
22 Arròs integral tres delícies  Lluç a la marinera  Fruita i pa <i>s/traces</i>	23 <b>SANT JORDI</b>  Sopa de lletres <i>Llom arrebossat</i> amb enciam i olives Pastís <i>s/traces</i> i pa <i>s/traces</i>	24 Crema de verdures <i>s/làctics</i> Llenties estofades  <i>logurt de soja i pa s/traces</i>	25 Cigrons estofats  Truita francesa amb enciam, llombarda i pastanaga  Fruita i pa <i>s/traces</i>	26 Tricolor de verdures  Mongetes blanques amb salsa de tomàquet  Fruita i pa <i>s/traces</i>
29 Crema de carbassó <i>s/làctics</i> Pollastre al forn Amb amanida  Fruita i pa <i>s/traces</i>	30 Arròs integral amb xampinyons, pastanaga i ceba Ous durs amb tomàquet <i>s/làctics</i>  Fruita i pa <i>s/traces</i>			

# Mallorca

Sense proteïna llet de vaca ni  
ou

**Abril**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2 Arròs integral amb tomàquet  Gall d'indi planxa Amb amanida  Fruita i pa s/traces	3 Crema de carbassa s/làctics Cigrons estofats  logurt de soja i pa s/traces	4 Llenties estofades  Maira d'Arenys fredida s/ou amb oli d'oliva amb enciam i blat de moro  Fruita i pa s/traces	5 Espirals a la putanesca  Pernilets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga  Fruita i pa s/traces
8 Arròs integral saltejat amb verdures  Salmó a la taronja  Fruita i pa s/traces	9 Espaguetis amb pesto d'espínacs  Hummus* sense làctics ni sèsam de cigrons amb bastonets de pastanaga  Fruita i pa integral	10 Mongetes blanques estofades Peix planxa amb enciam, llombarda i pastanaga  logurt de soja i pa s/traces	11 Crema de bròquil i pastanaga s/làctics  Pollastre al forn amb tomàquet i olives  Fruita i pa s/traces	12 Minestra de verdures  Llenties estofades  Fruita i pa s/traces
15 Macarrons amb tomàquet  Llom planxa amb enciam i blat de moro  Fruita i pa s/traces	16 Mongetes verdes i patata  Cigrons estofats amb verdures  Fruita i pa s/traces	17 Sopa de pistons  Cuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga  logurt de soja i pa s/traces	18 Llenties estofades  Peix arrebossats s/ou amb enciam i blat de moro  Fruita i pa s/traces	19 Arròs integral amb blat de moro, pastanaga i ceba  Estofat de vedella amb verdures  Fruita i pa s/traces
22 Arròs integral tres delícies  Lluç a la marinera  Fruita i pa s/traces	23 <b>SANT JORDI</b>  Sopa de lletres Llom arrebossat s/ou amb enciam i olives Pastís s/traces i pa s/traces	24 Crema de verdures s/làctics Llenties estofades  logurt de soja i pa s/traces	25 Cigrons estofats  Peix planxa amb enciam, llombarda i pastanaga  Fruita i pa s/traces	26 Tricolor de verdures  Mongetes blanques amb salsa de tomàquet  Fruita i pa s/traces
29 Crema de carbassó s/làctics Pollastre al forn Amb amanida  Fruita i pa s/traces	30 Arròs integral amb xampinyons, pastanaga i ceba Gall d'indi amb tomàquet  Fruita i pa s/traces			

# Mallorca

Sense proteïna llet de vaca ni  
fruits secs

**Abril**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2 Arròs integral amb tomàquet  Truita de carbassó amb escarola  Fruita i pa s/traces	3 Crema de carbassa s/làctics Cigrons estofats  logurt de soja i pa s/traces	4 Llenties estofades  Maira d'Arenys fregida amb oli d'oliva amb enciam i blat de moro  Fruita i pa s/traces	5 Espirals a la putanesca  Pernilets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga  Fruita i pa s/traces
8 Arròs integral saltejat amb verdures  Salmó a la taronja  Fruita i pa s/traces	9 Espaguetis amb pesto d'espínacs  Hummus* sense làctics ni sèsam de cigrons amb bastonets de pastanaga  Fruita i pa integral	10 Mongetes blanques estofades Truita francesa amb enciam, llombarda i pastanaga  logurt de soja i pa s/traces	11 Crema de bròquil i pastanaga s/làctics  Pollastre al forn amb tomàquet i olives  Fruita i pa s/traces	12 Minestra de verdures  Llenties estofades  Fruita i pa s/traces
15 Macarrons amb tomàquet  Truita francesa amb enciam i blat de moro  Fruita i pa s/traces	16 Mongetes verdes i patata  Cigrons estofats amb verdures  Fruita i pa s/traces	17 Sopa de pistons  Cuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga  logurt de soja i pa s/traces	18 Llenties estofades  Peix arrebossats amb enciam i blat de moro  Fruita i pa s/traces	19 Arròs integral amb blat de moro, pastanaga i ceba  Estofat de vedella amb verdures  Fruita i pa s/traces
22 Arròs integral tres delícies  Lluç a la marinera  Fruita i pa s/traces	23 <b>SANT JORDI</b>  Sopa de lletres Llom arrebossat amb enciam i olives Pastís s/traces i pa s/traces	24 Crema de verdures s/làctics Llenties estofades  logurt de soja i pa s/traces	25 Cigrons estofats  Truita francesa amb enciam, llombarda i pastanaga  Fruita i pa s/traces	26 Tricolor de verdures  Mongetes blanques amb salsa de tomàquet  Fruita i pa s/traces
29 Crema de carbassó s/làctics Pollastre al forn Amb amanida  Fruita i pa s/traces	30 Arròs integral amb xampinyons, pastanaga i ceba Ous durs amb tomàquet s/làctics  Fruita i pa s/traces			

# Mallorca

Sense proteïna llet de vaca ni  
peix

**Abril**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2 Arròs integral amb tomàquet  Truita de carbassó amb escarola  Fruita i pa s/traces	3 Crema de carbassa s/làctics Cigrons estofats  logurt de soja i pa s/traces	4 Llenties estofades  Llom planxa amb oli d'oliva amb enciam i blat de moro  Fruita i pa s/traces	5 Espirals a la putanesca  Pernilets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga  Fruita i pa s/traces
8 Arròs integral saltejat amb verdures  Llom planxa amb amanida  Fruita i pa s/traces	9 Espaguetis amb pesto d'espínacs  Hummus* sense làctics ni sèsam de cigrons amb bastonets de pastanaga  Fruita i pa integral	10 Mongetes blanques estofades Truita francesa amb enciam, llombarda i pastanaga  logurt de soja i pa s/traces	11 Crema de bròquil i pastanaga s/làctics  Pollastre al forn amb tomàquet i olives  Fruita i pa s/traces	12 Minestra de verdures  Llenties estofades  Fruita i pa s/traces
15 Macarrons amb tomàquet  Truita francesa amb enciam i blat de moro  Fruita i pa s/traces	16 Mongetes verdes i patata  Cigrons estofats amb verdures  Fruita i pa s/traces	17 Sopa de pistons  Cuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga  logurt de soja i pa s/traces	18 Llenties estofades  Gall d'indi planxa amb enciam i blat de moro  Fruita i pa s/traces	19 Arròs integral amb blat de moro, pastanaga i ceba  Estofat de vedella amb verdures  Fruita i pa s/traces
22 Arròs integral tres delícies  Remenat d'ou amb xampinyons amb amanida  Fruita i pa s/traces	23 <b>SANT JORDI</b>  Sopa de lletres Llom arrebossat amb enciam i olives Pastís s/traces i pa s/traces	24 Crema de verdures s/làctics Llenties estofades  logurt de soja i pa s/traces	25 Cigrons estofats  Truita francesa amb enciam, llombarda i pastanaga  Fruita i pa s/traces	26 Tricolor de verdures  Mongetes blanques amb salsa de tomàquet  Fruita i pa s/traces
29 Crema de carbassó s/làctics Pollastre al forn Amb amanida  Fruita i pa s/traces	30 Arròs integral amb xampinyons, pastanaga i ceba Ous durs amb tomàquet s/làctics  Fruita i pa s/traces			

# Mallorca

## Sense llegum

### Abril

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2 Arròs integral amb tomàquet Truita de carbassó amb escarola Fruita i pa <i>s/traces</i>	3 Crema de carbassa Llom de porc a la planxa logurt ECO i pa <i>s/traces</i>	4 <i>Verdura amb patata</i> Maira d'Arenys fregida amb oli d'oliva amb enciam i blat de moro Fruita i pa <i>s/traces</i>	5 Espirals a la putanesca Pernilets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita i pa <i>s/traces</i>
8 Arròs integral saltejat amb verdures <i>s/pèsols</i> Salmó a la taronja Fruita i pa <i>s/traces</i>	9 Espaguetis amb pesto d'espínacs <i>Llom planxa</i> amb bastonets de pastanaga Fruita i pa <i>s/traces</i>	10 <i>Verdura amb patata</i> Truita francesa amb enciam, llombarda i pastanaga logurt ECO i pa <i>s/traces</i>	11 Crema de bròquil i pastanaga Pollastre al forn amb tomàquet i olives Fruita i pa <i>s/traces</i>	12 <i>Mongeta verda amb patata</i> Llom de porc a la planxa Fruita i pa <i>s/traces</i>
15 Macarrons amb tomàquet Truita de pernil dolç amb enciam i blat de moro Fruita i pa <i>s/traces</i>	16 Mongetes verdes i patata <i>Llom planxa</i> amb verdures Fruita i pa <i>s/traces</i>	17 Sopa de pistons Cuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga logurt ECO i pa <i>s/traces</i>	18 <i>Crema de verdures</i> <i>Peix arrebossats</i> amb enciam i blat de moro Fruita i pa <i>s/traces</i>	19 Arròs integral amb blat de moro, pastanaga i ceba Estofat de vedella amb verdures Fruita i pa <i>s/traces</i>
22 <i>Arròs amb carbassó</i> Lluç a la marinera Fruita i pa <i>s/traces</i>	23 <b>SANT JORDI</b> Sopa de lletres <i>Llom arrebossat</i> amb enciam i olives Pastís* de Sant Jordi i pa <i>s/traces</i>	24 Crema de verdures <i>Peix planxa</i> <i>Amb amanida</i> logurt ECO i pa <i>s/traces</i>	25 <i>Pasta amb tomàquet</i> Truita de formatge amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa <i>s/traces</i>	26 Tricolor de verdures <i>Peix amb salsa de tomàquet</i> Fruita i pa <i>s/traces</i>
29 Crema de carbassó Pollastre al forn Amb amanida Fruita i pa <i>s/traces</i>	30 Arròs integral amb xampinyons, pastanaga i ceba Ous durs amb tomàquet gratinats amb formatge Fruita i pa <i>s/traces</i>			

# Mallorca

## Sense marisc

### Abril

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2 Arròs integral amb tomàquet Truita de carbassó amb escarola Fruita i pa integral	3 Crema de carbassa Cigrons estofats logurt ECO i pa integral	4 Llenties estofades Maira d'Arenys fregida amb oli d'oliva amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	5 Espirals a la putanesca Pernilets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita i pa integral
8 Arròs integral saltejat amb verdures Salmó a la taronja Fruita i pa integral	9 Espaguetis amb pesto d'espínacs Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga Fruita i pa integral	10 Mongetes blanques estofades Truita francesa amb enciam, llombarda i pastanaga logurt ECO i pa integral	11 Crema de bròquil i pastanaga Pollastre al forn amb tomàquet i olives Fruita i pa integral	12 Minestra de verdures Llenties estofades Fruita i pa integral
15 Macarrons amb tomàquet Truita de pernil dolç amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	16 Mongetes verdes i patata Cigrons estofats amb verdures Fruita i pa integral	17 Sopa de pistons Cuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga logurt ECO i pa integral	18 Llenties estofades <i>Peix arrebossat</i> amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	19 Arròs integral amb blat de moro, pastanaga i ceba Estofat de vedella amb verdures Fruita i pa integral
22 Arròs integral tres delícies Lluç a la marinera Fruita i pa integral	23 <b>SANT JORDI</b> Sopa de lletres <i>Llom arrebossat</i> amb enciam i olives Pastís de Sant Jordi i pa integral	24 Crema de verdures Llenties estofades logurt ECO i pa integral	25 Cigrons estofats Truita de formatge amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa integral	26 Tricolor de verdures Mongetes blanques amb salsa de tomàquet Fruita i pa integral
29 Crema de carbassó Pollastre al forn Amb amanida Fruita i pa integral	30 Arròs integral amb xampinyons, pastanaga i ceba Ous durs amb tomàquet gratinats amb formatge Fruita i pa integral			



# Mallorca

## Baix en greix

### Abril

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2 Arròs integral amb tomàquet Truita de carbassó amb escarola Fruita i pa integral	3 Crema de carbassa Cigrons estofats logurt ECO i pa integral	4 Llenties estofades <i>Peix al forn amb enciam i blat de moro</i> Fruita i pa integral	5 Espirals a la putanesca Pernilets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita i pa integral
8 Arròs integral saltejat amb verdures <i>Llom planxa Amb amanida</i> Fruita i pa integral	9 Espaguetis amb pesto d'espínacs Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga Fruita i pa integral	10 Mongetes blanques estofades Truita francesa amb enciam, llombarda i pastanaga logurt ECO i pa integral	11 Crema de bròquil i pastanaga Pollastre al forn amb tomàquet i olives Fruita i pa integral	12 Minestra de verdures Llenties estofades Fruita i pa integral
15 Macarrons amb tomàquet <i>Truita francesa amb enciam i blat de moro</i> Fruita i pa integral	16 Mongetes verdes i patata Cigrons estofats amb verdures Fruita i pa integral	17 Sopa de pistons Cuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga logurt ECO i pa integral	18 Llenties estofades <i>Peix planxa amb enciam i blat de moro</i> Fruita i pa integral	19 Arròs integral amb blat de moro, pastanaga i ceba <i>Llom planxa amb verdures</i> Fruita i pa integral
22 Arròs integral tres delícies <i>Lluç a la planxa Amb amanida</i> Fruita i pa integral	23 <b>SANT JORDI</b> Sopa de lletres <i>Llom planxa amb enciam i olives</i> Fruita i pa integral	24 Crema de verdures Llenties estofades logurt ECO i pa integral	25 Cigrons estofats <i>Truita francesa amb enciam, llombarda i pastanaga</i> Fruita i pa integral	26 Tricolor de verdures Mongetes blanques amb salsa de tomàquet Fruita i pa integral
29 Crema de carbassó Pollastre al forn Amb amanida Fruita i pa integral	30 Arròs integral amb xampinyons, pastanaga i ceba <i>Ous durs amb amanida</i> Fruita i pa integral			

# Mallorca

Sense peix ni marisc

## Abril

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2	3	4	5
	Arròs integral amb tomàquet Truita de carbassó amb escarola Fruita i pa integral	Crema de carbassa Cigrons estofats logurt ECO i pa integral	Llenties estofades <i>Llom planxa amb amanida</i> Fruita i pa integral	Espirals a la putanesca Pernilets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita i pa integral
8	9	10	11	12
Arròs integral saltejat amb verdures <i>Llom planxa amb amanida</i> Fruita i pa integral	Espaguetis amb pesto d'espínacs Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga Fruita i pa integral	Mongetes blanques estofades Truita francesa amb enciam, llombarda i pastanaga logurt ECO i pa integral	Crema de bròquil i pastanaga Pollastre al forn amb tomàquet i olives Fruita i pa integral	Minestra de verdures Llenties estofades Fruita i pa integral
15	16	17	18	19
Macarrons amb tomàquet Truita de pernil dolç amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	Mongetes verdes i patata Cigrons estofats amb verdures Fruita i pa integral	Sopa de pistons Cuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga logurt ECO i pa integral	Llenties estofades <i>Gall d'indi planxa</i> amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	Arròs integral amb blat de moro, pastanaga i ceba Estofat de vedella amb verdures Fruita i pa integral
22	23 <b>SANT JORDI</b>	24	25	26
Arròs integral tres delícies <i>Remenat d'ou amb xampinyons amb amanida</i> Fruita i pa integral	Sopa de lletres <i>Llom arrebossat</i> amb enciam i olives Pastís de Sant Jordi i pa integral	Crema de verdures Llenties estofades logurt ECO i pa integral	Cigrons estofats Truita de formatge amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa integral	Tricolor de verdures Mongetes blanques amb salsa de tomàquet Fruita i pa integral
29	30			
Crema de carbassó Pollastre al forn Amb amanida Fruita i pa integral	Arròs integral amb xampinyons, pastanaga i ceba Ous durs amb tomàquet gratinats amb formatge Fruita i pa integral			

# Mallorca

## Sense ou ni peix

### Abril

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2 Arròs integral amb tomàquet <i>Gall d'indi planxa</i> amb escarola Fruita i pa integral	3 Crema de carbassa Cigrons estofats logurt ECO i pa integral	4 Llenties estofades <i>Llom planxa amb amanida</i> Fruita i pa integral	5 Espirals a la putanesca Pernilets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita i pa integral
8 Arròs integral saltejat amb verdures <i>Llom planxa amb amanida</i> Fruita i pa integral	9 Espaguetis amb pesto d'espínacs Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga Fruita i pa integral	10 Mongetes blanques estofades <i>Gall d'indi planxa</i> amb enciam, llombarda i pastanaga logurt ECO i pa integral	11 Crema de bròquil i pastanaga Pollastre al forn amb tomàquet i olives Fruita i pa integral	12 Minestra de verdures Llenties estofades Fruita i pa integral
15 Macarrons amb tomàquet <i>Llom planxa</i> amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	16 Mongetes verdes i patata Cigrons estofats amb verdures Fruita i pa integral	17 Sopa de pistons Cuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga logurt ECO i pa integral	18 Llenties estofades <i>Gall d'indi planxa</i> amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	19 Arròs integral amb blat de moro, pastanaga i ceba Estofat de vedella amb verdures Fruita i pa integral
22 Arròs integral tres delícies <i>Pollastre amb xampinyons</i> Fruita i pa integral	23 <b>SANT JORDI</b> Sopa de lletres <i>Llom arrebossat s/ou</i> amb enciam i olives Pastís de Sant Jordi i pa integral	24 Crema de verdures Llenties estofades logurt ECO i pa integral	25 Cigrons estofats <i>Gall d'indi planxa</i> amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa integral	26 Tricolor de verdures Mongetes blanques amb salsa de tomàquet Fruita i pa integral
29 Crema de carbassó Pollastre al forn Amb amanida Fruita i pa integral	30 Arròs integral amb xampinyons, pastanaga i ceba <i>Gall d'indi amb tomàquet</i> Fruita i pa integral			