

BASAL		PRIMAVERA 2022		Nutri. Gemma Oña (CAT/0719)	CIBUS col·lectivitats
Setmana del 19 al 22 ABRIL	FESTIU	Arròs integral amb pastanaga i pèsols	Fideuada vegetal	Crema de carbassó amb crostons de pa o arròs inflat	Gaspatxo de tomàquet CIBUS
		Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité
		Pollastre al forn amb grapadet de mill	Peix S/M amb guarnició (patata o verdura) i romesco	Ous durs sobre llit d'enciam i guarnició vegetal	Macarrons integrals amb salsa carbonara vegetal
		Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural ECO
Setmana del 25 al 29 ABRIL	Sopa de peix i verdures amb arròs	Crema de porros amb crostons de pa o arròs inflat	Amanida de tomàquet, formatge feta i orenga	Patata, pastanaga i bledes al vapor	Lasanya vegetal (Hand made)
	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité
	Truita de patates	Cigrons saltats amb espinacs	Arròs al forn amb verdures i pollastre	Macarrons integrals amb salsa de pesto	Peix S/M amb guarnició (patata o verdura) i salsa d'all cremat
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural ECO	Fruita de temporada
Setmana del 2 al 6 de MAIG	Sopa de síndria i tomàquet	Patata i pastanaga al vapor amb «maionesa vegetal»	Espaguetis amb salsa sofregit de tomàquet	Sopa vegetal (col, pastanaga i porro) amb arròs	Crema de verdures de temporada amb crostons de pa o arròs inflat
	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité
	Estofat d'indiot a la jardinera (patata, pastanaga i pèsols)	Ous durs sobre llit d'enciam i guarnició vegetal	Fesolets al forn amb carbassó i pebrots saltats	Peix S/M amb guarnició (patata o verdura)	Falafel de cigrons amb verdures, iogurt i menta
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada

Setmana del 9 al 13 de MAIG	Minestra de patata, bledes i mongeta tendra	Amanida d'arròs, blat de moro, tomàquet, olives i vinagreta	Crema freda de blat de moro amb «corn flakes»	Macarrons integrals amb salsa carbonara vegetal	Cigrons saltats amb romesco
	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité
	Pollastre al forn amb grapat de quinoa	Lenties estofades amb verdures escalivades (ceba, pebrots verd i pebrot vermell)	Peix S/M amb guarnició (patata o verdura) i picada verda	Hamburguesa de verdures i cereals amb chutney de fruita	Truita de patates
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural ECO	Fruita de temporada
Setmana del 16 al 20 de MAIG	Sopa de peix i verdures amb arròs	Purè de patates amb verdures	«WOK» de verdures (pastanaga, carbassó, fonoll, tira becs, pebrots verd i pebrot vermell)	Cigrons i blat tendre saltats amb tomàquet	«Salmorejo» amb crostons de pa
	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité
	Hamburguesa mixta amb patata al caliu	Ous durs sobre llit d'enciam i guarnició vegetal	Cous-cous amb poma, pèsols i panses	Peix S/M enromescat amb guarnició (patata o verdura)	Arròs integral amb verdures escalivades
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural ECO
Setmana del 23 al 27 de MAIG	Amanida de macarrons integrals amb carbassó, tomàquets nans, panses i salsa de pesto	Patata, pastanaga i mongeta tendra amb «maionesa vegetal»	Arròs integral amb salsa de verdures escalivades (pastanaga, porro, p.verd i vermell, ceba)	Verdures al vapor (pastanaga, mongeta i patata) amb maionesa vegetal	!!!!!! SORPRESA !!!!!!
	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	!!!!!! SORPRESA !!!!!!
	Fesolets amb soja texturitzada, pastanaga i tomàquet	Peix S/M amb guarnició (patata o verdura) i salsa d'all cremat	Truita de patates	Hummus de cigrons amb pa de pita	!!!!!! SORPRESA !!!!!!
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural ECO	!!!!!! SORPRESA !!!!!!