

| NO OU                      |  | HIVERN – SETMANA SANTA 2022                        |   | Nutri. Gemma Oña (CAT/0719)                         | CIBUS col·lectivitats  |
|----------------------------|--|--|---|---|--|
| Setmana del 19 al 22 ABRIL | <b>FESTIU</b>  | 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 | Truita (sense ou) amb verdures i cereals            | 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 (sense ou) amb verdures i cereals                     | 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) | Truita (sense ou) amb verdures i cereals           | 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 grapatet 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 (sense ou) amb verdures i cereals |
|                              | 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  | Puré 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  | Truita (sense ou) amb verdures i cereals   | 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 (sense ou) amb verdures i cereals  | Hummus de cigrons amb pa de pita                                     | !!!!!! SORPRESA !!!!!!                   |
|                              | Fruita de temporada  | Fruita de temporada  | Fruita de temporada   | logurt natural ECO   | !!!!!! SORPRESA !!!!!!                   |