

EBM EL BLAUET

MENÚ TEMPORADA DE FRED- ABRIL 2026

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

EXCELENT RC

6		7	Cuscús saltejat amb verdures (mongeta tendra, alls tendres, xampinyons) (1)	8	Consomé de verdures natural (9)	9	Ensaladilla russa (patata, pastanaga, mongeta tendra, olives rodanxa) ECO	10	Crema de carbassa i moniato amb rostres de pa casolanes (1)
			Truita de formatge i amanida d'enciam i pastanaga ratllada (1,3,7)		Arròs ECO a la cassola (ceba, tomàquet i pèsols) amb daus de gall dindi		Fesols negres estofats amb carbassa ECO i xampinyons		Sardines enfarinades sense espina (forn) amb amanida de pastanaga ratllada ECO (1,4)
			Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)		Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)		Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)		Macedònia de fruita temporada ECO + pa integral
13		14	Crema de pastanaga ECO amb rostres de pa (1)	15	Crema de pèsols ECO amb rostres de pa (1)	16	Sopa de pasta integral ECO amb brou de peix i peix esmicolat (1,2,4,6,9,10,13)	17	Mongeta tendra amb patates ECO al vapor
			Mongetes vermelles ECO saltejades amb verdures (mongeta tendra, pebrot vermell i patata)		Bacallà al forn amb llit de ceba i pebrot verd i amanida de pastanaga ratllada ECO (4)		Gall dindi a la planxa amb amanida d'assortit d'enciams ECO (enciam i canònges)		Cigrons ECO estofats amb verdures (carbassa i ceba tendra)
			Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)		Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)		Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)		Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)
20		21	Quinoa integral ECO saltejada amb verdures (porro, col i xampinyons)	22	Macarrons ECO integrals gratinats amb salsa de tomàquet i formatge (1,7)	23	Crema de patata i remolatxa ECO amb rostres de pa (1)	24	Verdura tricolor ECO (Bròquil, carbassó i pastanaga) al vapor
			Pit de pollastre arrebossat (forn) amb amanida de pastanaga ratllada ECO (1,3,6,11)		Filet de salmó a la planxa amb amanida de pebrot verd i cogombre (4)		Estofat de porc amb verdures (albergínia, carbassó i tomàquet)		Llenties estofades amb arròs (carbassa, pebrot vermell i all) (1) ECO
			Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)		Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)		Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)		Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)
27		28	Arròs integral ECO saltejat amb all amb salsa de tomàquet	29	Espirals integrals ECO saltejats amb porro i gratinats amb formatge (1,7)	30	Menestra de verdures de temporada ECO (patata, pastanaga, mongeta tendra, espàrrecs)		
			Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam ECO (4)		Gall dindi a la planxa amb amanida de pastanaga i rave ratllats ECO		Llenties estofades amb arròs (1) ECO		
			Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)		Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)		Fruita de temporada ECO + pa integral (1.11)		

BERENAR				
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Pa integral amb tomàquet i gall dindi (1) + fruita	log nat sense ensucrar (7) / logurt de soja (1,6,8) + fruita	Bastonets de pa integral amb hummus (1.11) + fruita	logurt natural sense ensucrar (7) + fruita	Pa integral amb formatge d'untar (1,3,7) + fruita

