

AMISTAT

Abril

OVOVEGETARIÀ

DEL 1 AL 5
D'ABRIL

DEL 8 AL 12
D'ABRIL

DEL 15 AL 19
D'ABRIL

DEL 22 AL 26
D'ABRIL

DEL 29 AL 30
D'ABRIL

DILLUNS

SETMANA
SANTA

CREMA DE PASTANAGA
AMB CROSTONS

TRUITA DE PATATES
amb tomàquet i olives

Fruita del temps

ARRÒS A LA MILANESA
(ceba, tomàquet i pèsols)

TRUITA A LA
FRANCESA amb enciam i
remolatxa

Fruita del temps

COLIFLOR AMB PATATA
I BEIXAMEL (amb
beguda vegetal)

TRUITA A LA FRANCESA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

PASTA INTEGRAL A LA
NAPOLITANA
(s/formatge)

OUS A LA CATALANA
CASOLANS (s/formatge)
amb tomàquet i olives

Fruita del temps

DIMARTS

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

TRUITA A LA
FRANCESA amb
enciam i remolatxa

Fruita del temps

CREMA DE VERDURES

PÈSOLS AMB PATATA
amb salsa de tomàquet

Fruita del temps

TASTET:
CRISPETES DE CIGRÓ
CREMA DE CARBASSÓ I
PORRO

PÈSOLS AMB PATATA
SALTATS amb tomàquet
i olives

Fruita del temps

MENÚ LITERARI DE
SANT JORDI
SOPA DE BROU
VERDURES AMB
LLETRES

PÈSOLS AMB PATATA
amb suc de pètals de rosa

GELATINA ROSA / Iogurt
VEGETAL

CREMA DE VERDURES

CIGRONS AMB
ESPINACS amb enciam i
pastanaga ratllada

Fruita del temps

DIMECRES

TRICOLOR DE
VERDURES

CREMA DE
MONGETES
BLANQUES AMB
VERDURES

Fruita del temps

PASTA AL PESTO
(sense pinyons)

TRUITA A LA FRANCESA
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

LLENTIES A LA
RIOJANA (S/CARN)

TRUITA A LA
FRANCESA Amb enciam
i blat de moro

Fruita del temps

PATATES ESTOFADES
AMB VERDURES
(pastanaga, tomàquet, ceba,
carbassó, pebrot, pèsols)

OUS AMB SALS DE
TOMÀQUET

Fruita del temps

DIJOUS

PASTA AL CURRY
(ceba, nata VEGETAL,
curry)

TRUITA A LA
FRANCESA amb
enciam i olives

Fruita del temps

TRICOLOR DE
VERDURES AMB
PATATA AL CALIU

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURES

Fruita del temps

ESPINACS AMB
PATATA

WOK DE CIGRONS AMB
VERDURES I ARROS

Fruita del temps

ARRÒS 3 DELÍCIES
(pèsols, pastanaga, ou)

TRUITA A LA FRANCESA
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIVENDRES

PURÉ DE PATATA
CASOLÀ (amb beguda
vegetal)

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

Iogurt VEGETAL

ARRÒS AMB VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA
amb enciam i pastanaga
ratllada

Iogurt VEGETAL

AMANIDA VARIADA
(enciam, pastanaga ratllada,
olives i s/formatge)

MACARRONS
BOLONYESA DE
LLENTIES (tomàquet,
ceba i llenties)

Iogurt VEGETAL

TRICOLOR DE
VERDURES

MONGETES BLANQUES
AMB VERDURES
amb tomàquet amanit

Fruita del temps

Les fruites són de temporada i proximitat: Nespres, albercocs, mandarina, taronja, maduixes, cireres, prunes, pera, poma, plàtan/banana.

Els vegetals i hortalisses són de temporada i proximitat: faves, pèsols, patata, carbassó, mongeta tendra, ceba, api, all, cogombre, porro, bledes, col, espinacs, carxofes, coliflor, bròquil, endívies, xirivia, espàrrecs, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

Un cop al mes, els aliments ecològics que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també.

Es serveix els divendres iogurts d'origen de derivats vegetals. Es serveix per cuinar i amanir sal iodada.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Es comprovarà que en els ingredients i traces no contingui: CARN, PEIX NI DERIVATS



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno
Cuina i lleure
de proximitat

AMISTAT

SENSE PEIX NI ANACARDS

Abril

DEL 1 AL 5
D'ABRIL

DEL 8 AL 12
D'ABRIL

DEL 15 AL 19
D'ABRIL

DEL 22 AL 26
D'ABRIL

DEL 29 AL 30
D'ABRIL

DILLUNS

SETMANA SANTA

CREMA DE PASTANAGA AMB *CROSTONS

TRUITA DE PATATES amb tomàquet i olives

Fruita del temps

ARRÒS A LA MILANESA (ceba, tomàquet i pèsols)

TRUITA A LA FRANCESA amb enciam i remolatxa

Fruita del temps

COLIFLOR AMB PATATA I BEIXAMEL

TRUITA DE PERNIL DOLÇ amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA (amb formatge)

OUS A LA CATALANA CASOLANS amb tomàquet i olives

Fruita del temps

DIMARTS

ARRÒS AMB TOMÀQUET

TRUITA A LA FRANCESA amb enciam i remolatxa

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

MANDONGUILLES MIXTES amb salsa de tomàquet

Fruita del temps

TASTET: CRISPETES DE CIGRÓ
CREMA DE CARBASSÓ I PORRO

GALL DINDI ARREBOSSAT CASOLÀ amb tomàquet i olives

Fruita del temps

MENÚ LITERARI DE SANT JORDI
SOPA DE BROU D'AU AMB LLETRES

PERNILETS DE DRAC amb suc de pètals de rosa

GELATINA ROSA

CIGRONS AMB ESPINACS

HAMBURGUESA VEGETAL AL FORN amb enciam i pastanaga ratllada

Fruita del temps

DIMECRES

CREMA DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES
GALL DINDI AMB SALSXA XIRIVIA I PASTANAGA

Fruita del temps

PASTA AL PESTO (sense pinyons)
GALL DINDI ROSTIT amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

LLENTIES A LA RIOJANA
TRUITA DE FORMATGE Amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

PATATES ESTOFADES AMB VERDURES (pastanaga, tomàquet, ceba, carbassó, pebrot, pèsols)

LLOM AL FORN amb salsa de poma

Fruita del temps

DIJOUS

PASTA AL CURRY (ceba, nata, curry)

TRUITA A LA FRANCESA amb enciam i olives

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFADES AMB VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA amb amanida

Fruita del temps

ESPINACS AMB PATATA
WOK DE PORC AMB VERDURES I ARROS

Fruita del temps

ARRÒS 3 DELÍCIES (pèsols, pastanaga, ou)

TRUITA A LA FRANCESA amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIVENDRES

LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES

POLLASTRE A LA PLANXA amb puré de patata casolà

iogurt natural

ARRÒS AMB VERDURES

POLLASTRE AL FORN amb enciam i pastanaga ratllada

iogurt natural

AMANIDA VARIADA (enciam, pastanaga ratllada, olives i formatge)

MACARRONS BOLONYESA DE LLENTIES (tomàquet, ceba i lleties)

iogurt natural

MONGETES BLANQUES AMB VERDURES

POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ amb tomàquet amanit

Fruita del temps

Les **fruites** són de temporada i proximitat: Nespres, albercocs, mandarina, taronja, maduixes, cireres, prunes, pera, poma, plàtan/banana.

Les **vegetals i hortalisses** són de temporada i proximitat: faves, pèsols, patata, carbassó, mongeta tendra, ceba, api, all, cogombre, porro, bledes, col, espinacs, carxofes, coliflor, bròquil, endívies, xirivia, espàrrecs, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

Un cop al mes, els aliments ecològics que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també.

Es serveix els divendres **iogurt natural**.

Les cams i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Es comprovarà que en els ingredients i traces no contingui: **PEIX, ANACARDS**



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure de proximitat

AMISTAT

SENSE CARN NI PEIX

Abril

DEL 1 AL 5
D'ABRIL

DEL 8 AL 12
D'ABRIL

DEL 15 AL 19
D'ABRIL

DEL 22 AL 26
D'ABRIL

DEL 29 AL 30
D'ABRIL

DILLUNS

SETMANA SANTA

**CREMA DE PASTANAGA
AMB CROSTONS**

TRUITA DE PATATES
amb tomàquet i olives

Fruita del temps

ARRÒS A LA MILANESA
(ceba, tomàquet i pèsols)

**TRUITA A LA
FRANCESA** amb enciam i
remolatxa

Fruita del temps

**COLIFLOR AMB PATATA
I BEIXAMEL**

TRUITA A LA FRANCESA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

**PASTA INTEGRAL A LA
NAPOLITANA** (amb
formatge)

**OUS A LA CATALANA
CASOLANS** amb
tomàquet i olives

Fruita del temps

DIMARTS

**ARRÒS AMB
TOMÀQUET**

**TRUITA A LA
FRANCESA** amb
enciam i remolatxa

Fruita del temps

CREMA DE VERDURES

PÈSOLS AMB PATATA
amb salsa de tomàquet

Fruita del temps

**TASTET:
CRISPETES DE CIGRÓ
CREMA DE CARBASSÓ I
PORRO**

**PÈSOLS AMB PATATA
SALTATS** amb tomàquet
i olives

Fruita del temps

**MENÚ LITERARI DE
SANT JORDI
SOPA DE BROU
VERDURES AMB
LLETRES**

PÈSOLS AMB PATATA
amb suc de pètals de rosa

GELATINA ROSA

**CIGRONS AMB
ESPINACS**

**HAMBURGUESA
VEGETAL AL FORN** amb
enciam i pastanaga
ratllada

Fruita del temps

DIMECRES

**TRICOLOR DE
VERDURES**

**CREMA DE
MONGETES
BLANQUES AMB
VERDURES**

Fruita del temps

PASTA AL PESTO
(sense pinyons)

TRUITA A LA FRANCESA
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

**LLENTIES A LA
RIOJANA (S/CARN)**

TRUITA DE FORMATGE
Amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

**PATATES ESTOFADES
AMB VERDURES**
(pastanaga, tomàquet, ceba,
carbassó, pebro, pèsols)

**OUS AMB SALSA DE
TOMÀQUET**

Fruita del temps

DIJOUS

PASTA AL CURRY
(ceba, nata, curry)

**TRUITA A LA
FRANCESA** amb
enciam i olives

Fruita del temps

**CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURES**

TRUITA A LA FRANCESA
amb amanida

Fruita del temps

**ESPINACS AMB
PATATA**

**WOK DE CIGRONS AMB
VERDURES I ARROS**

Fruita del temps

ARRÒS 3 DELÍCIES
(pèsols, pastanaga, ou)

TRUITA A LA FRANCESA
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIVENDRES

**PURÉ DE PATATA
CASOLÀ**

**LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES**

iogurt natural

ARRÒS AMB VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA
amb enciam i pastanaga
ratllada

iogurt natural

AMANIDA VARIADA
(enciam, pastanaga ratllada,
olives i formatge)

**MACARRONS
BOLONYESA DE
LLENTIES** (tomàquet,
ceba i lleties)

iogurt natural

**TRICOLOR DE
VERDURES**

**MONGETES BLANQUES
AMB VERDURES**
amb tomàquet amanit

Fruita del temps



Les **fruites** són de temporada i proximitat: Nespres, albercocs, mandarina, taronja, maduixes, cireres, prunes, pera, poma, plàtan/banana.

Els **vegetals i hortalisses** són de temporada i proximitat: faves, pèsols, patata, carbassó, mongeta tendra, ceba, api, all, cogombre, porro, bledes, col, espinacs, carxofes, coliflor, bròquil, endívia, xirivia, espàrrecs, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

Un cop al mes, els aliments ecològics que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també.

Es serveix els divendres iogurt natural.

Es comprovarà que en els ingredients i traces no contingui: **PEIX, CARN**



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure
de proximitat



AMISTAT

SENSE GLUTEN
NI LLENTIES

Abril

DEL 1 AL 5
D'ABRIL

DEL 8 AL 12
D'ABRIL

DEL 15 AL 19
D'ABRIL

DEL 22 AL 26
D'ABRIL

DEL 29 AL 30
D'ABRIL

DILLUNS

SETMANA
SANTA

CREMA DE PASTANAGA
AMB CROSTONS
S/ GLUTEN

TRUITA DE PATATES
amb tomàquet i olives

Fruita del temps

ARRÒS A LA MILANESA
(ceba, tomàquet i pèsols)

*PEIX AMB ALL I
JULIVERT AL FORN
amb enciam i remolatxa

Fruita del temps

COLIFLOR AMB PATATA
I **BEIXAMEL S/ GLUTEN**

TRUITA DE *PERNIL
DOLÇ amb enciam i
pastanaga

Fruita del temps

PASTA S/ GLUTEN A LA
NAPOLITANA (amb
formatge)

OUS A LA CATALANA
CASOLANS amb
tomàquet i olives

Fruita del temps

DIMARTS

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

TRUITA A LA
FRANCESA amb
enciam i remolatxa

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

*MANDONGUILLES AMB
SÍPIA amb salsa de
tomàquet

Fruita del temps

TASTET:
CRISPETES DE CIGRÓ
CREMA DE CARBASSÓ I
PORRO

GALL DINDI
ARREBOSSAT CASOLÀ
S/ GLUTEN amb
tomàquet i olives

Fruita del temps

**MENÚ LITERARI DE
SANT JORDI**
SOPA DE BROU D'AU
AMB LLETRES
S/ GLUTEN

PERNILETS DE DRAC
amb suc de pètals de rosa

GELATINA ROSA

CIGRONS AMB
ESPINACS

POLLASTRE AL FORN
amb enciam i pastanaga
ratllada

Fruita del temps

DIMECRES

CREMA DE
MONGETES
BLANQUES AMB
VERDURES
GALL DINDI AMB SALS
XIRIVIA I PASTANAGA

Fruita del temps

PASTA S/ GLUTEN
AL PESTO (sense
pinyons)

GALL DINDI ROSTIT
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

**MONGETES BLANQUES
A LA RIOJANA (*CARN)**

TRUITA DE FORMATGE
Amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

PATATES ESTOFADES
AMB VERDURES
(pastanaga, tomàquet, ceba,
carbassó, pebrot, pèsols)

LLOM AL FORN amb
salsa de poma

Fruita del temps

DIJOUS

PASTA S/ GLUTEN AL
CURRY (ceba, nata,
curry)

TRUITA A LA
FRANCESA amb
enciam i olives

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURES

*PEIX A LA LLIMONA
amb patata al caliu

Fruita del temps

ESPINACS AMB
PATATA

WOK DE PORC AMB
VERDURES I ARROS

Fruita del temps

ARRÒS 3 DELÍCIES
(pèsols, pastanaga, ou)

*PEIX AL FORN amb
enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIVENDRES

**CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURES**

POLLASTRE A LA
PLANXA amb puré de
patata casolà

iogurt natural

ARRÒS AMB VERDURES

POLLASTRE AL FORN
amb enciam i pastanaga
ratllada

iogurt natural

AMANIDA VARIADA
(enciam, pastanaga ratllada,
olives i formatge)

MACARRONS
S/ GLUTEN
BOLONYESA DE
POLLASTRE (tomàquet,
ceba i pollastre)

iogurt natural

MONGETES BLANQUES
AMB VERDURES

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
S/ GLUTEN amb tomàquet
amanit

Fruita del temps



Les fruites són de temporada i proximitat: Nespres, albercocs, mandarina, taronja, maduixes, cireres, prunes, pera, poma, plàtan/banana.

Els vegetals i hortalisses són de temporada i proximitat: faves, pèsols, patata, carbassó, mongeta tendra, ceba, api, all, cogombre, porro, bledes, col, espinacs, carxofes, coliflor, bròquil, endívies, xirivia, espàrrecs, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

Un cop al mes, els aliments ecològics que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també.

Es serveix els divendres iogurt natural.

Les cams i el pollastre que oferim són de granges de proximitat..

Els peixos a servir són: fogaonero, gallineta, gall de Sant Pere, Maire, Lluç, Llimanda, calamar, canana, potón

Es comprovarà que en els ingredients i traces no contingui: **GLUTEN , LLENTIES**



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure
de proximitat



AMISTAT

SENSE PROTEÏNA
LLET DE VACA,
BLAT, NI FRUITS
SECS

Abril

DEL 1 AL 5
D'ABRIL

DEL 8 AL 12
D'ABRIL

DEL 15 AL 19
D'ABRIL

DEL 22 AL 26
D'ABRIL

DEL 29 AL 30
D'ABRIL

DILLUNS

SETMANA SANTA

CREMA DE PASTANAGA
AMB *CROSTONS
S/GLUTEN

TRUITA DE PATATES
amb tomàquet i olives

Fruita del temps

ARRÒS A LA MILANESA
(ceba, tomàquet i pèsols)

*PEIX AMB ALL I
JULIVERT AL FORN
amb enciam i remolatxa

Fruita del temps

COLIFLOR AMB PATATA
I **BEIXAMEL S/GLUTEN**
(amb beguda vegetal)

TRUITA DE *PERNIL
DOLÇ amb enciam i
pastanaga

Fruita del temps

**PASTA S/GLUTEN A LA
NAPOLITANA**
(s/formatge)

OUS A LA CATALANA
CASOLANS (s/formatge)
amb tomàquet i olives

Fruita del temps

DIMARTS

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

TRUITA A LA
FRANCESA amb
enciam i remolatxa

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

*MANDONGUILLES AMB
SÍPIA amb salsa de
tomàquet

Fruita del temps

TASTET:
CRISPETES DE CIGRÓ
CREMA DE CARBASSÓ I
PORRO

GALL DINDI
ARREBOSSAT CASOLÀ
S/GLUTEN amb
tomàquet i olives

Fruita del temps

**MENÚ LITERARI DE
SANT JORDI**
SOPA DE BROU D'AU
AMB LLETRES
S/GLUTEN

PERNILETS DE DRAC
amb suc de pètals de rosa

GELATINA ROSA
/ **logurt VEGETAL (NO
FRUITS SECS)**

CIGRONS AMB
ESPINACS

POLLASTRE AL FORN
amb enciam i pastanaga
ratllada

Fruita del temps

DIMECRES

CREMA DE
MONGETES
BLANQUES AMB
VERDURES
GALL DINDI AMB SALS
XIRIVIA I PASTANAGA

Fruita del temps

**PASTA S/GLUTEN
AL PESTO (sense
pinyons)**

GALL DINDI ROSTIT
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

**MONGETES BLANQUES
A LA RIOJANA (*CARN)**

TRUITA A LA
FRANCESA Amb enciam
i blat de moro

Fruita del temps

**PATATES ESTOFADES
AMB VERDURES**
(pastanaga, tomàquet, ceba,
carbassó, pebrot, pèsols)

LLOM AL FORN amb
salsa de poma

Fruita del temps

DIJOUS

**PASTA S/GLUTEN AL
CURRY** (ceba, nata
VEGETAL, curry)

TRUITA A LA
FRANCESA amb
enciam i olives

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURES

*PEIX A LA LLIMONA
amb patata al caliu

Fruita del temps

ESPINACS AMB
PATATA

WOK DE PORC AMB
VERDURES I ARROS

Fruita del temps

ARRÒS 3 DELÍCIES
(pèsols, pastanaga, ou)

*PEIX AL FORN amb
enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIVENDRES

**CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURES**

**POLLASTRE A LA
PLANXA** amb puré de
patata casolà (amb
beguda vegetal)

**logurt VEGETAL (NO
FRUITS SECS)**

ARRÒS AMB VERDURES

POLLASTRE AL FORN
amb enciam i pastanaga
ratllada

**logurt VEGETAL (NO
FRUITS SECS)**

AMANIDA VARIADA
(enciam, pastanaga ratllada,
olives i s/formatge)

**MACARRONS
S/GLUTEN
BOLONYESA DE
POLLASTRE** (tomàquet,
ceba i pollastre)

**logurt VEGETAL (NO
FRUITS SECS)**

**MONGETES BLANQUES
AMB VERDURES**

**POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
S/GLUTEN** amb tomàquet
amanit

Fruita del temps

Les fruites són de temporada i proximitat: Nespres, albercocs, mandarina, taronja, maduixes, cireres, prunes, pera, poma, plàtan/banana.

Els vegetals i hortalisses són de temporada i proximitat: faves, pèsols, patata, carbassó, mongeta tendra, ceba, api, all, cogombre, porro, bledes, col, espinacs, carxofes, coliflor, bròquil, endívies, xirivia, espàrrecs, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

Un cop al mes, els aliments ecològics que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també.

Es serveix els divendres iogurts d'origen de derivats vegetals (NO FRUITS SECS). Es serveix per cuinar i amanir sal iodada.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Els peixos a servir són: fogafero, gallineta, gall de Sant Pere, Maire, Lluç, Llimanda, calamar, canana, potón

Es comprovarà que en els ingredients i traces no contingui: **BLAT, PROTEÏNA DE LLET DE VACA, FRUITS SECS**



Teno

Cuina i lleure
de proximitat

AMISTAT

SENSE VEDELLA, PROTEÏNA LLET DE VACA,
PEIX, MARISC, NI FRUITS SECS

Abril

DEL 1 AL 5
D'ABRIL

DEL 8 AL 12
D'ABRIL

DEL 15 AL 19
D'ABRIL

DEL 22 AL 26
D'ABRIL

DEL 29 AL 30
D'ABRIL

DILLUNS

SETMANA
SANTA

CREMA DE PASTANAGA
AMB *CROSTONS

TRUITA DE PATATES
amb tomàquet i olives

Fruita del temps

ARRÒS A LA MILANESA
(ceba, tomàquet i pèsols)

TRUITA A LA
FRANCESA amb enciam i
remolatxa

Fruita del temps

COLIFLOR AMB PATATA
I BEIXAMEL (amb
beguda vegetal)

TRUITA DE *PERNIL
DOLÇ amb enciam i
pastanaga

Fruita del temps

PASTA INTEGRAL A LA
NAPOLITANA
(s/formatge)

OUS A LA CATALANA
CASOLANS (s/formatge)
amb tomàquet i olives

Fruita del temps

DIMARTS

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

TRUITA A LA
FRANCESA amb
enciam i remolatxa

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

LLOM AL FORN amb salsa
de tomàquet

Fruita del temps

TASTET:
CRISPETES DE CIGRÓ
CREMA DE CARBASSÓ I
PORRO

GALL DINDI
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb tomàquet i olives

Fruita del temps

MENÚ LITERARI DE
SANT JORDI
SOPA DE BROU D'AU
AMB LLETRES

PERNILETS DE DRAC
amb suc de pètals de rosa

GELATINA ROSA
/ Iogurt VEGETAL (NO
FRUITS SECS)

CIGRONS AMB
ESPINACS

POLLASTRE AL FORN
amb enciam i pastanaga
ratllada

Fruita del temps

DIMECRES

CREMA DE
MONGETES
BLANQUES AMB
VERDURES
GALL DINDI AMB SALS
XIRIVIA I PASTANAGA

Fruita del temps

PASTA AL PESTO (sense
pinyons)

GALL DINDI ROSTIT
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

LLENTIES A LA
RIOJANA

TRUITA A LA
FRANCESA Amb enciam
i blat de moro

Fruita del temps

PATATES ESTOFADES
AMB VERDURES
(pastanaga, tomàquet, ceba,
carbassó, pebrot, pèsols)

LLOM AL FORN amb
salsa de poma

Fruita del temps

DIJOUS

PASTA AL CURRY
(ceba, nata VEGETAL,
curry)

TRUITA A LA
FRANCESA amb
enciam i olives

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA
amb amanida

Fruita del temps

ESPINACS AMB
PATATA

WOK DE PORC AMB
VERDURES I ARROS

Fruita del temps

ARRÒS 3 DELÍCIES
(pèsols, pastanaga, ou)

TRUITA A LA FRANCESA
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIVENDRES

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

POLLASTRE A LA
PLANXA amb puré de
patata casolà (amb
beguda vegetal)

Iogurt VEGETAL (NO
FRUITS SECS)

ARRÒS AMB VERDURES

POLLASTRE AL FORN
amb enciam i pastanaga
ratllada

Iogurt VEGETAL (NO
FRUITS SECS)

AMANIDA VARIADA
(enciam, pastanaga ratllada,
olives i s/formatge)

MACARRONS
BOLONYESA DE
LLENTIES (tomàquet,
ceba i llenties)

Iogurt VEGETAL (NO
FRUITS SECS)

MONGETES BLANQUES
AMB VERDURES

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb tomàquet amanit

Fruita del temps

Les **fruites** són de temporada i proximitat: Nespres, albercocs, mandarina, taronja, maduixes, cireres, prunes, pera, poma, plàtan/banana.

Els **vegetals i hortalisses** són de temporada i proximitat: faves, pèsols, patata, carbassó, mongeta tendra, ceba, api, all, cogombre, porro, bledes, col, espinacs, carxofes, coliflor, bròquil, endívies, xirivia, espàrrecs, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

Un cop al mes, els aliments ecològics que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també.

Es serveix els divendres **iogurts d'origen de derivats vegetals (NO FRUITS SECS)**. Es serveix per cuinar i **amanir sal iodada**.

Les **carns** i el pollastre que oferim són de granges de proximitat..

Els **peixos** a servir són: **fogonero, gallineta, gall de Sant Pere, Maire, Lluç, Llimanda, calamar, canana, potón**

Es comprovarà que en els ingredients i traces no contingui: **VEDELLA, PROTEÏNA LLET DE VACA, PEIX, MARISC, NI FRUITS SECS**

MENÚ ELABORAT I VALIDAT PER DIETISTA-NUTRICIONISTA COL-LEGIADA CAT001988



Teno
Cuina i lleure
de proximitat

@tenomenjadors

@teno_menjadors

@tenomenjadors

AMISTAT

SENSE MARISC

Abril

DEL 1 AL 5
D'ABRIL

DEL 8 AL 12
D'ABRIL

DEL 15 AL 19
D'ABRIL

DEL 22 AL 26
D'ABRIL

DEL 29 AL 30
D'ABRIL

DILLUNS

SETMANA
SANTA

CREMA DE PASTANAGA
AMB CROSTONS

TRUITA DE PATATES
amb tomàquet i olives

Fruita del temps

ARRÒS A LA MILANESA
(ceba, tomàquet i pèsols)

***PEIX BLANC** AMB ALL
I JULIVERT AL FORN
amb enciam i remolatxa

Fruita del temps

COLIFLOR AMB PATATA
I BEIXAMEL

TRUITA DE PERNIL
DOLÇ amb enciam i
pastanaga

Fruita del temps

PASTA INTEGRAL A LA
NAPOLITANA (amb
formatge)

OUS A LA CATALANA
CASOLANS amb
tomàquet i olives

Fruita del temps

DIMARTS

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

**TRUITA A LA
FRANCESA** amb
enciam i remolatxa

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

**MANDONGUILLES
MIXTES** amb salsa de
tomàquet

Fruita del temps

**TASTET:
CRISPETES DE CIGRÓ**
CREMA DE CARBASSÓ I
PORRO

GALL DINDI
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb tomàquet i olives

Fruita del temps

**MENÚ LITERARI DE
SANT JORDI**
SOPA DE BROU D'AU
AMB LLETRES

PERNILETS DE DRAC
amb suc de pètals de rosa

GELATINA ROSA

CIGRONS AMB
ESPINACS

***HAMBURGUESA**
VEGETAL AL FORN amb
enciam i pastanaga
ratllada

Fruita del temps

DIMECRES

CREMA DE
MONGETES
BLANQUES AMB
VERDURES
GALL DINDI AMB SALSÀ
XIRIVIA I PASTANAGA

Fruita del temps

PASTA AL PESTO
(sense pinyons)
GALL DINDI ROSTIT
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

LLENTIES A LA
RIOJANA
TRUITA DE FORMATGE
Amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

PATATES ESTOFADES
AMB VERDURES
(pastanaga, tomàquet, ceba,
carbassó, pebrot, pèsols)

LLOM AL FORN amb
salsa de poma

Fruita del temps

DIJOUS

PASTA AL CURRY
(ceba, nata, curry)

**TRUITA A LA
FRANCESA** amb
enciam i olives

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURES

***PEIX BLANC A LA
LLIMONA** amb patata al
caliu

Fruita del temps

ESPINACS AMB
PATATA

WOK DE PORC AMB
VERDURES I ARROS

Fruita del temps

ARRÒS 3 DELÍCIES
(pèsols, pastanaga, ou)

***PEIX BLANC AL FORN**
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIVENDRES

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

POLLASTRE A LA
PLANXA amb puré de
patata casolà

Iogurt natural

ARRÒS AMB VERDURES

POLLASTRE AL FORN
amb enciam i pastanaga
ratllada

Iogurt natural

AMANIDA VARIADA
(enciam, pastanaga ratllada,
olives i formatge)

MACARRONS
BOLONYESA DE
LLENTIES (tomàquet,
ceba i lleties)

Iogurt natural

MONGETES BLANQUES
AMB VERDURES

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb tomàquet amant

Fruita del temps

Les **fruites** són de temporada i proximitat: Nespres, albercocs, mandarina, taronja, maduixes, cireres, prunes, pera, poma, plàtan/banana.

Els **vegetals i hortalisses** són de temporada i proximitat: faves, pèsols, patata, carbassó, mongeta tendra, ceba, api, all, cogombre, porro, bledes, col, espinacs, carxofes, coliflor, bròquil, endívies, xirivia, espàrrecs, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

Un cop al mes, els aliments ecològics que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també.

Es serveix els divendres **iogurt natural**.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Els peixos a servir són: **fogonero, gallineta, gall de Sant Pere, Maire, Lluç, Llimanda**

Es comprovarà que en els ingredients i traces no contingui: **MARISC**



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



leno

Cuina i lleure
de proximitat



AMISTAT

SENSE FRUITS SECS
(SITRACES) NI
PRÉSSEC

Abril

DEL 1 AL 5
D'ABRIL

DEL 8 AL 12
D'ABRIL

DEL 15 AL 19
D'ABRIL

DEL 22 AL 26
D'ABRIL

DEL 29 AL 30
D'ABRIL

DILLUNS

SETMANA
SANTA

CREMA DE PASTANAGA
AMB *CROSTONS

TRUITA DE PATATES
amb tomàquet i olives

Fruita del temps (NO
PRÉSSEC)

ARRÒS A LA MILANESA
(ceba, tomàquet i pèsols)

*PEIX AMB ALL I
JULIVERT AL FORN
amb enciam i remolatxa

Fruita del temps (NO
PRÉSSEC)

COLIFLOR AMB PATATA
I BEIXAMEL

TRUITA DE PERNIL
DOLÇ amb enciam i
pastanaga

Fruita del temps (NO
PRÉSSEC)

PASTA *INTEGRAL A LA
NAPOLITANA (amb
formatge)

OUS A LA CATALANA
CASOLANS amb
tomàquet i olives

Fruita del temps (NO
PRÉSSEC)

DIMARTS

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

TRUITA A LA
FRANCESA amb
enciam i remolatxa

Fruita del temps (NO
PRÉSSEC)

PÈSOLS AMB PATATA

*MANDONGUILLES AMB
SÍPIA amb salsa de
tomàquet

Fruita del temps (NO
PRÉSSEC)

TASTET:
CRISPETES DE CIGRÓ
CREMA DE CARBASSÓ I
PORRO

GALL DINDI
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb tomàquet i olives

Fruita del temps (NO
PRÉSSEC)

MENÚ LITERARI DE
SANT JORDI
SOPA DE BROU D'AU
AMB LLETRES

PERNILETS DE DRAC
amb suc de pètals de rosa

GELATINA ROSA

CIGRONS AMB
ESPINACS

*HAMBURGUESA
VEGETAL AL FORN amb
enciam i pastanaga
ratllada

Fruita del temps (NO
PRÉSSEC)

DIMECRES

CREMA DE
MONGETES
BLANQUES AMB
VERDURES
GALL DINDI AMB SALS
XIRIVIA I PASTANAGA

Fruita del temps (NO
PRÉSSEC)

PASTA AL PESTO
(sense pinyons)
GALL DINDI ROSTIT
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps (NO
PRÉSSEC)

LLENTIES A LA
RIOJANA
TRUITA DE FORMATGE
Amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps (NO
PRÉSSEC)

PATATES ESTOFADES
AMB VERDURES
(pastanaga, tomàquet, ceba,
carbassó, pebro, pèsols)

LLOM AL FORN amb
salsa de poma

Fruita del temps (NO
PRÉSSEC)

DIJOUS

PASTA AL CURRY
(ceba, nata, curry)

TRUITA A LA
FRANCESA amb
enciam i olives

Fruita del temps (NO
PRÉSSEC)

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURES

*PEIX A LA LLIMONA
amb patata al caliu

Fruita del temps (NO
PRÉSSEC)

ESPINACS AMB
PATATA

WOK DE PORC AMB
VERDURES I ARROS

Fruita del temps (NO
PRÉSSEC)

ARRÒS 3 DELÍCIES
(pèsols, pastanaga, ou)

*PEIX AL FORN amb
enciam i blat de moro

Fruita del temps (NO
PRÉSSEC)

DIVENDRES

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

POLLASTRE A LA
PLANXA amb puré de
patata casolà

iogurt natural

ARRÒS AMB VERDURES

POLLASTRE AL FORN
amb enciam i pastanaga
ratllada

iogurt natural

AMANIDA VARIADA
(enciam, pastanaga ratllada,
olives i formatge)

MACARRONS
BOLONYESA DE
LLENTIES (tomàquet,
ceba i llenties)

iogurt natural

MONGETES BLANQUES
AMB VERDURES

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb tomàquet amant

Fruita del temps



Les **fruites** són de temporada i proximitat: Nespres, albercocs, mandarina, taronja, maduixes, cireres, prunes, pera, poma, plàtan/banana.

Els **vegetals i hortalisses** són de temporada i proximitat: faves, pèsols, patata, carbassó, mongeta tendra, ceba, api, all, cogombre, porro, bledes, col, espinacs, carxofes, coliflor, bròquil, endívies, xirivia, espàrrecs, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

Un cop al mes, els aliments ecològics que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també.

Es serveix els divendres **iogurt natural**.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Els peixos a servir són: **fogonero, gall de Sant Pere, Maire, Lluç, Llimanda, calamar, canana, potón**

Es comprova que en els ingredients i traces no continguin **FRUITS SECS, PRÉSSEC** i tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure
de proximitat

AMISTAT

SENSE PEIX, MARISC NI CRUSTACIS

Abril

DEL 1 AL 5
D'ABRIL

DEL 8 AL 12
D'ABRIL

DEL 15 AL 19
D'ABRIL

DEL 22 AL 26
D'ABRIL

DEL 29 AL 30
D'ABRIL

DILLUNS

SETMANA SANTA

CREMA DE PASTANAGA
AMB *CROSTONS

TRUITA DE PATATES
amb tomàquet i olives

Fruita del temps

ARRÒS A LA MILANESA
(ceba, tomàquet i pèsols)

**TRUITA A LA
FRANCESA** amb enciam i
remolatxa

Fruita del temps

COLIFLOR AMB PATATA
I BEIXAMEL

TRUITA DE PERNIL
DOLÇ amb enciam i
pastanaga

Fruita del temps

PASTA INTEGRAL A LA
NAPOLITANA (amb
formatge)

OUS A LA CATALANA
CASOLANS amb
tomàquet i olives

Fruita del temps

DIMARTS

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

**TRUITA A LA
FRANCESA** amb
enciam i remolatxa

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

**MANDONGUILLES
MIXTES** amb salsa de
tomàquet

Fruita del temps

**TASTET:
CRISPETES DE CIGRÓ**
CREMA DE CARBASSÓ I
PORRO

GALL DINDI
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb tomàquet i olives

Fruita del temps

**MENÚ LITERARI DE
SANT JORDI**
SOPA DE BROU D'AU
AMB LLETRES

PERNILETS DE DRAC
amb suc de pètals de rosa

GELATINA ROSA

CIGRONS AMB
ESPINACS

HAMBURGUESA
VEGETAL AL FORN amb
enciam i pastanaga
ratllada

Fruita del temps

DIMECRES

CREMA DE
MONGETES
BLANQUES AMB
VERDURES
GALL DINDI AMB SALSA
XIRIVIA I PASTANAGA

Fruita del temps

PASTA AL PESTO
(sense pinyons)
GALL DINDI ROSTIT
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

LLENTIES A LA
RIOJANA
TRUITA DE FORMATGE
Amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

PATATES ESTOFADES
AMB VERDURES
(pastanaga, tomàquet, ceba,
carbassó, pebrot, pèsols)

LLOM AL FORN amb
salsa de poma

Fruita del temps

DIJOUS

PASTA AL CURRY
(ceba, nata, curry)

TRUITA A LA
FRANCESA amb
enciam i olives

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA
amb amanida

Fruita del temps

ESPINACS AMB
PATATA
WOK DE PORC AMB
VERDURES I ARROS

Fruita del temps

ARRÒS 3 DELÍCIES
(pèsols, pastanaga, ou)

TRUITA A LA FRANCESA
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIVENDRES

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

POLLASTRE A LA
PLANXA amb puré de
patata casolà

iogurt natural

ARRÒS AMB VERDURES

POLLASTRE AL FORN
amb enciam i pastanaga
ratllada

iogurt natural

AMANIDA VARIADA
(enciam, pastanaga ratllada,
olives i formatge)

MACARRONS
BOLONYESA DE
LLENTIES (tomàquet,
ceba i lletnies)

iogurt natural

MONGETES BLANQUES
AMB VERDURES

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb tomàquet amanit

Fruita del temps

Les **fruites** són de temporada i proximitat: Nespres, albercocs, mandarina, taronja, maduixes, cireres, prunes, pera, poma, plàtan/banana.

Es **vegetals** i **hortalisses** són de temporada i proximitat: faves, pèsols, patata, carbassó, mongeta tendra, ceba, api, all, cogombre, porro, bledes, col, espinacs, carxofes, coliflor, bròquil, endívies, xirivia, espàrrecs, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

Un cop al mes, els aliments ecològics que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també.

Es serveix els divendres **iogurt natural**.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Es comprovarà que en els ingredients i traces no contingui: **PEIX, MARISC, CRUSTACIS**



@tenomenjadors



@teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno

Cuina i lleure
de proximitat



SENSE FRUITS SECS

Abril

AMISTAT

DEL 1 AL 5 D'ABRIL DEL 8 AL 12 D'ABRIL DEL 15 AL 19 D'ABRIL DEL 22 AL 26 D'ABRIL DEL 29 AL 30 D'ABRIL

DILLUNS
DIMARTS
DIMECRES
DIJOUS
DIVENDRES

<p>SETMANA SANTA</p>	<p>CREMA DE PASTANAGA AMB *CROSTONS</p> <p>TRUITA DE PATATES amb tomàquet i olives</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>ARRÒS A LA MILANESA (ceba, tomàquet i pèsols)</p> <p>*PEIX AMB ALL I JULIVERT AL FORN amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>COLIFLOR AMB PATATA I BEIXAMEL</p> <p>TRUITA DE PERNIL DOLÇ amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>PASTA *INTEGRAL A LA NAPOLITANA (amb formatge)</p> <p>OUS A LA CATALANA CASOLANS amb tomàquet i olives</p> <p>Fruita del temps</p>
<p>ARRÒS AMB TOMÀQUET</p> <p>TRUITA A LA FRANCESA amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>PÈSOLS AMB PATATA</p> <p>*MANDONGUILLES AMB SÍPIA amb salsa de tomàquet</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>TASTET: CRISPETES DE CIGRÓ</p> <p>CREMA DE CARBASSÓ I PORRO</p> <p>GALL DINDI ARREBOSSAT CASOLÀ amb tomàquet i olives</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>MENÚ LITERARI DE SANT JORDI</p> <p>SOPA DE BROU D'AU AMB LLETRES</p> <p>PERNILETS DE DRAC amb suc de pètals de rosa</p> <p>GELATINA ROSA</p>	<p>CIGRONS AMB ESPINACS</p> <p>*HAMBURGUESA VEGETAL AL FORN amb enciam i pastanaga ratllada</p> <p>Fruita del temps</p>
<p>CREMA DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES</p> <p>GALL DINDI AMB SALSXA XIRIVIA I PASTANAGA</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>PASTA AL PESTO (sense pinyons)</p> <p>GALL DINDI ROSTIT amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>LLENTIES A LA RIOJANA</p> <p>TRUITA DE FORMATGE Amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>PATATES ESTOFADES AMB VERDURES (pastanaga, tomàquet, ceba, carbassó, pebrot, pèsols)</p> <p>LLOM AL FORN amb salsa de poma</p> <p>Fruita del temps</p>	
<p>PASTA AL CURRY (ceba, nata, curry)</p> <p>TRUITA A LA FRANCESA amb enciam i olives</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES</p> <p>*PEIX A LA LLIMONA amb patata al caliu</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>ESPINACS AMB PATATA</p> <p>WOK DE PORC AMB VERDURES I ARROS</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>ARRÒS 3 DELÍCIES (pèsols, pastanaga, ou)</p> <p>*PEIX AL FORN amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita del temps</p>	
<p>LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES</p> <p>POLLASTRE A LA PLANXA amb puré de patata casolà</p> <p>iogurt natural</p>	<p>ARRÒS AMB VERDURES</p> <p>POLLASTRE AL FORN amb enciam i pastanaga ratllada</p> <p>iogurt natural</p>	<p>AMANIDA VARIADA (enciam, pastanaga ratllada, olives i formatge)</p> <p>MACARRONS BOLONYESA DE LLENTIES (tomàquet, ceba i llenties)</p> <p>iogurt natural</p>	<p>MONGETES BLANQUES AMB VERDURES</p> <p>POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita del temps</p>	



Les **fruites** són de temporada i proximitat: Nespres, albercocs, mandarina, taronja, maduixes, cireres, prunes, pera, poma, plàtan/banana.

Les **vegetals i hortalisses** són de temporada i proximitat: faves, pèsols, patata, carbassó, mongeta tendra, ceba, api, all, cogombre, porro, bledes, col, espinacs, carxofes, coliflor, bròquil, endívies, xirivía, espàrrecs, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

Un cop al mes, els aliments ecològics que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també.

Es serveix els divendres **iogurt natural**.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat..

Els peixos a servir són: **fogonero, gallineta, gall de Sant Pere, Maire, Lluc, Llimanda, calamar, canana, potón**

Es comprovarà que en els ingredients i traces no contingui **FRUITES SECS**



Teno
Cuina i lleure de proximitat