

# MENÚ ABRIL 2018 - LA PORCIÚNCULA



Col·legi La  
Porciúncula

## RESTAURANTES COLECTIVOS INSULARES

**A TOTES LES MENJADES HI HAURÀ  
PA I AIGUA**



C. Salvà

	<b>DILLUNS, 9</b>	<b>DIMARTS, 10</b>	<b>DIMECRES, 11</b>	<b>DIJOUS, 12</b>	<b>DIVENDRES, 13</b>
<b>DINAR</b>	CREMA DE PORROS ROTI D'INDIOT AMB PATATES I SALSA ESPANYOLA AMANIDA VARIADA FRUITA I IOGURT	ESPAGUETTI BOLOGNESA ABADEIG AL FORN AMB VERDURES AMANIDA DE LLETUGA, MAÍS CEBA I TOMÀTIGA FRUITA I GELAT	SOPA DE FIDEUS PITRERES DE POLLASTRE PLANXA AMB PASTANAGÓ I TOMÀTIGA AMANIDA VARIADA FRUITA	CUINAT DE LLENTIES FRIT DE LLOM AMB PATATES AMANIDA MIXTA FRUITA CÍTRICA	ARRÒS DE BROU TRUITA DE PATATES AMB TOMÀTIGA FRUITA I NATILLES
<b>SOPAR</b>	AMANIDA D'ARRÒS RODETS DE TRUITA AMB FORMATGE I CUIXOT O PERNIL DOLÇ FRUITA	CREMA DE VERDURES COSTELLETES DE XOT AL SÈSAM FRUITA CÍTRICA	LLENGUADO AMB AMETLLES AMANIDA VARIADA FRUITA	CRÈPES FARCIDES D'ESPINACS I FORMATGE DE CABRA LLUCET ("PESCADILLA") AMB PICADA FRUITA	VEDELLA ARREBOSSADA AMB MENESTRA DE VERDURES FRUITA
	<b>DILLUNS, 16</b>	<b>DIMARTS, 17</b>	<b>DIMECRES, 18</b>	<b>DIJOUS, 19</b>	<b>DIVENDRES, 20</b>
<b>DINAR</b>	MACARRONS CARBONARA LLUÇ ROMANA AMB VERDURES SALTEJADES AMANIDA VARIADA FRUITA CÍTRICA	SOPA DE PINYONET POLLASTRE A LA TARONJA AMB VERDURES AL FORN ENSALADA MIXTA FRUITA I IOGURT	AMANIDA D'ARRÒS PILOTES EN SALSA MONGETES VERDES SALTEJADES AMB PERNIL AMANIDA VARIADA FRUITA CÍTRICA	CREMA DE VERDURES LLOM ARREBOSSAT AMB PATATES AMANIDA DE LLETUGA, TOMÀTIGA I TONYINA FRUITA I IOGURT	CIGRONS TREMPATS TIRES DE CALAMAR REBOSSADES I CROQUETES AMANIDA DE LLETUGA, TOMÀTIGA I MAÍS FRUITA I GELAT
<b>SOPAR</b>	PURÉ DE XIXEROS AMB PATÉ DE FOIE OUS REMENATS NATILLES	BRÒCOLI SALTEJAT AMB CUIXOT FILETS DE LUBINA EN PAPILOTE AMB XAMPINYONS I SÈSAM FLAM	CALAMARS ENCEBATS AMB MONGETES BLANQUES FRUITA CÍTRICA	ESPAGUETTI AMB TONYINA, PÈSOLS I SALSA DE FORMATGE FRUITA	PATATES AL FORN CUIXETES DE POLLASTRE FARCIDES DE PERNIL I PINYA AMANIDA VARIADA AMANIDA DE FRUITES
	<b>DILLUNS, 23</b>	<b>DIMARTS, 24</b>	<b>DIMECRES, 25</b>	<b>DIJOUS, 26</b>	<b>DIVENDRES, 27</b>
<b>DINAR</b>	TALLARINS AMB SALSA DE TOMÀTIGA SALSITXES AMB PATATES FREGIDES AMANIDA DE LLETUGA, TOMÀTIGA, CEBA, BLAT, PERNIL I FORMATGE FRUITA I IOGURT	LLENTIES CUINADES CUIXETES DE POLLASTRE A L'ALLET AMANIDA VARIADA FRUITA CÍTRICA	SOPA DE PINYONET LLUÇ A LA ROMANA AMB CEBA GUISADA AMANIDA DE LLETUGA I FORMATGE FRUITA I NATILLES	PURÉ DE PASTANAGÓ CARN AL FORN AMB CARABASSÍ TORRAT AMANIDA VARIADA FRUITA I GELAT	ARRÒS DE PEIX OUS REMENATS AMB PATATA I PERNIL AMANIDA MIXTA FRUITA I IOGURT
<b>SOPAR</b>	CREMA DE PASTANAGA TRUITA DE PAPATES I CEBA AMANIDA MIXTA FRUITA	BUNYOLS DE BLEDES I FORMATGE PEIX AL VAPOR FRUITA CÍTRICA	AMANIDA VARIADA POLLASTRE AMB SALSA DE TARONJA FRUITA CÍTRICA	BURRITOS DE FORMATGE FRESC, TONYINA, ENCIAM, TOMÀQUET I XICOIRA FRUITA	VERDURES AMB SALSA DE IOGURT A LA LLIMA BROQUETES DE CONILL, POMA Y CIRERES FLAM
	<b>DILLUNS, 30</b>				
<b>DINAR</b>	<b><i>DIA NO LECTIU DEL CENTRE</i></b>				
<b>SOPAR</b>					
	<b><u>SABIÉU QUE...?</u> LES DIETES MOLT BAIXES EN CALORIES, ENCARA QUE ENS AJUDEN A PERDRE PES AMB RAPIDESA, NO RESULTEN EFECTIVES A MIG I LLARG PLAÇ. SEGONS ESPECIALISTES DELS HOSPITALS QUIRONSALUD, AQUESTES DIETES GENEREN DESEQUILIBRIS NUTRICIONALS I PÈRDUA DE MASSA MUSCULAR, EL QUE EXPLICA EL SEU FRACÀS. CAL, PER TANT, NO PERDRE MÉS D'UN KILO PER SETMANA.</b>				