

MARÇ 2022				
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1	2 Salmó a la planxa amb ensalada de quinoa Fruita	3 Crema de carbassó Truita a la francesa Fruita	4 <i>Fajitas</i> de pollastre (amb ceba, pebre vermell, pebre verd i pebre groc)
7 Albergínies farcides de carn amb ensalada variada Fruita	8 Hamburguesa de salmó amb patates fregides casolanes i tomàtiga trempada Fruita	9 Truita de verdures Llesca de pa integral Fruita	10 Pitrera de pollastre amb salsa de xampinyons acompanyada d'arròs integral Fruita	11 Ensalada variada Pizza casolana de tonyina i formatge Fruita
14 Pilotes de soja texturitzada amb salsa de tomàtiga i verdures saltejades acompanyades de quinoa Fruita	15 Sopa de verdures Truita de colflori Fruita	16 Crema de pastanaga Llom a la planxa Fruita	17 Bacallà al forn amb patata, ceba i salsa de tomàtiga Fruita	18 Tomàtiga trempada amb alvocat Pa amb oli de formatge (pa integral) Fruita
21 Crema de verdures Pitrera d'indiot a la planxa Fruita	22 Musclos al vapor amb verdures i patata bullides Fruita	23 Llom a la sal (al forn) ensalada i quinoa Fruita	24 Sopa d'arròs i verdures Sardines a la planxa Fruita	25 Truita de patata i ceba amb ensalada variada Fruita
28 Ous a la planxa amb patates fregides i ensalada Fruita	29 Crema de verdures Contracuixa de pollastre a l'allet Fruita	30 Hamburguesa de llenties amb pa d'hamburguesa Ensalada variada Fruita	31 Cuscús de verdures i salmó Fruita	