



ABRIL 2026 MENÚ GENERAL



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Els menús poden ser modificats sense previ avís, en funció de les necessitats del servei.

Prioritzem el consum de fruita i verdura de temporada i de proximitat.

Fem servir oli d'oliva per cuinar i amanir.

6 DILLUNS DE PASQUA

7 Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva
Trita de carbassó amb enciam i pastanaga
Fruita del temps

8 Crema de carbassó amb oli d'oliva
Gall dindi arrebossat amb enciam i cogombre
Fruita del temps

9 Cigrons estofats amb porro, pastanaga i pebrot
Pit de pollastre a la planxa amb enciam i pipes
logurt de La Fageda

10 Arròs amb sofregit de tomàquet
Estofat de vedella amb salsa
Fruita del temps

13 Pèsols amb patata i oli d'oliva
Hamburguesa de vedella a la planxa amb enciam i tomàquet
Fruita del temps

14 Verdura tricolor amb mongeta tendra, patata i pastanaga
Salmó al forn amb enciam i olives
Fruita del temps

15 Lenties estofades amb porro, pastanaga, pebrot i quinoa
Ous durs amb sofregit de tomàquet i formatge rallat
logurt de La Fageda

16 Crema de carbassa amb oli d'oliva
Pernilets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga
Fruita del temps

17 Macarrons amb pesto d'alfàbrega, pinyons i formatge
Bacallà al forn amb samfaina de tomàquet, ceba i pebrot
Fruita del temps

20 Crema de coliflor amb crostons i oli d'oliva
Tires de calamar fregit amb enciam i pastanaga
Fruita del temps

21 Sopa de pollastre amb pistons
Gall dindi a la planxa amb enciam i cogombre
Fruita del temps

22 Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva
Pit de pollastre a la planxa amb enciam i pipes
Fruita del temps

23 **Sant Jordi**
Crema de verdures amb oli d'oliva
Pizza casolana de pernil dolç i formatge amb enciam i olives
Maduixes amb nata

24 Mongetes seques estofades amb porro, pastanaga i pebrot
Trita de patates i ceba amb enciam i tomàquet
logurt de La Fageda

27 Arròs amb sofregit de tomàquet
Lluç al forn amb salsa d'ametlles
Fruita del temps

28 Crema de verdures amb oli d'oliva
Espaguetis a la carbonara amb bacó i crema de llet
Fruita del temps

29 Lenties estofades amb porro, pastanaga, pebrot i arròs
Trita de carbassó amb enciam i olives
logurt de La Fageda

30 Crema de carbassa amb oli d'oliva
Contracuixa de pollastre al forn amb enciam i blat de moro
Fruita del temps



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Els menús poden ser modificats sense previ avís, en funció de les necessitats del servei.

Prioritzem el consum de fruita i verdura de temporada i de proximitat.

Fem servir oli d'oliva per cuinar i amanir.

DILLUNS DE PASQUA

13 Pèsols amb patata i oli d'oliva

Hamburguesa vegetal a la planxa amb enciam i tomàquet

Fruita del temps

20 Crema de coliflor amb crostons i oli d'oliva

Tires de calamar fregit amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

27 Arròs amb sofregit de tomàquet

Lluç al forn amb salsa d'ametlles

Fruita del temps

7 Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva

Trita de carbassó amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

14 Verdura tricolor amb mongeta tendra, patata i pastanaga

Salmó al forn amb enciam i olives

Fruita del temps

21 Sopa vegetal amb pistons

Delícies de soja amb enciam i cogombre

Fruita del temps

28 Crema de verdures amb oli d'oliva

Espaguetis amb salsa de bolets i formatge ratllat

Fruita del temps

1 **FESTIU**

8 Crema de carbassó amb oli d'oliva

Delícies de soja arrebossades amb enciam i cogombre

Fruita del temps

15 Llenties estofades amb porro, pastanaga, pebrot i quinoa

Ous durs amb sofregit de tomàquet i formatge rallat

logurt de La Fageda

22 Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva

Hamburguesa vegetal a la planxa amb enciam i pipes

Fruita del temps

29 Carbassó al forn amb formatge

Llenties estofades amb porro, pastanaga, pebrot i arròs

logurt de La Fageda

2 **DIJOUS SANT**

9 Tomàquet amb daus de formatge

Cigrons estofats amb porro, pastanaga i pebrot

logurt de La Fageda

16 Crema de carbassa amb oli d'oliva

Delícies de soja amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

Sant Jordi

23 Crema de verdures amb oli d'oliva

Pizza de formatges casolana amb enciam i olives

Maduixes amb nata

30 Crema de carbassa amb oli d'oliva

Delícies de soja amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

3 **DIVENDRES SANT**

10 Arròs amb sofregit de tomàquet

Tires de mozzarella arrebossada amb enciam i pipes

Fruita del temps

17 Macarrons amb pesto d'alfàbrega, pinyons i formatge

Bacallà al forn amb samfaina de tomàquet, ceba i pebrot

Fruita del temps

24 Mongetes seques estofades amb porro, pastanaga i pebrot

Trita de patates i ceba amb enciam i tomàquet

logurt de La Fageda



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Els menús poden ser modificats sense previ avís, en funció de les necessitats del servei.

Prioritzem el consum de fruita i verdura de temporada i de proximitat.

Fem servir oli d'oliva per cuinar i amanir.



DILLUNS DE PASQUA

FESTIU

DIJOUS SANT

DIVENDRES SANT

Pèsols amb patata i oli d'oliva

Hamburguesa de vedella a la planxa amb enciam i tomàquet

Fruita del temps

Crema de coliflor amb crostons i oli d'oliva

Tires de mozzarella arrebossada amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

Arròs amb sofregit de tomàquet

Truita de carbassó amb enciam i pipes

Fruita del temps

Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva

Truita de carbassó amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

Verdura tricolor amb mongeta tendra, patata i pastanaga

Tires de mozzarella arrebossada amb enciam i olives

Fruita del temps

Sopa vegetal amb pistons

Delícies de soja amb enciam i cogombre

Fruita del temps

Crema de verdures amb oli d'oliva

Espaguetis amb salsa de bolets i formatge ratllat

Fruita del temps

Crema de carbassó amb oli d'oliva

Delícies de soja arrebossades amb enciam i cogombre

Fruita del temps

Llenties estofades amb porro, pastanaga, pebrot i quinoa

Ous durs amb sofregit de tomàquet i formatge ratllat

logurt de La Fageda

Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva

Hamburguesa vegetal a la planxa amb enciam i pipes

Fruita del temps

Carbassó al forn amb formatge

Llenties estofades amb porro, pastanaga, pebrot i arròs

logurt de La Fageda

Tomàquet amb daus de formatge

Cigrons estofats amb porro, pastanaga i pebrot

logurt de La Fageda

Crema de carbassa amb oli d'oliva

Delícies de soja amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

Sant Jordi

Crema de verdures amb oli d'oliva

Pizza de formatges casolana amb enciam i olives

Maduixes amb nata

Crema de carbassa amb oli d'oliva

Delícies de soja amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

Arròs amb sofregit de tomàquet

Tires de mozzarella arrebossada amb enciam i pipes

Fruita del temps

Macarrons amb pesto d'alfàbrega, pinyons i formatge

Truita a la francesa amb enciam i olives

Fruita del temps

Mongetes seques estofades amb porro, pastanaga i pebrot

Truita de patates i ceba amb enciam i tomàquet

logurt de La Fageda



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Els menús poden ser modificats sense previ avís, en funció de les necessitats del servei.

Prioritzem el consum de fruita i verdura de temporada i de proximitat.

Fem servir oli d'oliva per cuinar i amanir.

DILLUNS DE PASQUA

Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva

Truita de carbassó amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

FESTIU

Crema de carbassó amb oli d'oliva

Gall dindi arrebossat* amb enciam i cogombre

Fruita del temps

DIJOUS SANT

Cigrons estofats amb porro, pastanaga i pebrot

Pit de pollastre a la planxa amb enciam i pipes

logurt de La Fageda

DIVENDRES SANT

Arròs amb sofregit de tomàquet

Estofat de vedella amb salsa*

Fruita del temps

Pèsols amb patata i oli d'oliva

Hamburguesa de vedella a la planxa* amb enciam i tomàquet

Fruita del temps

Verdura tricolor amb mongeta tendra, patata i pastanaga

Salmó al forn amb enciam i olives

Fruita del temps

Cigrons amb patata i oli d'oliva

Ous durs amb sofregit de tomàquet i formatge rallat

logurt de La Fageda

Crema de carbassa amb oli d'oliva

Pernilets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

Pasta* amb pesto d'alfàbrega, pinyons i formatge

Bacallà al forn amb samfaina de tomàquet, ceba i pebrot

Fruita del temps

Crema de coliflor (**sense crostons**) i oli d'oliva

Lluç arrebossat* amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

Sopa de pollastre amb **pasta***

Gall dindi a la planxa amb enciam i cogombre

Fruita del temps

Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva

Pit de pollastre a la planxa amb enciam i pipes

Fruita del temps

Sant Jordi

Crema de verdures amb oli d'oliva

Pizza de formatges casolana* amb enciam i olives

Maduixes amb nata

Mongetes seques estofades amb porro, pastanaga i pebrot

Truita de patates i ceba amb enciam i tomàquet

logurt de La Fageda

Arròs amb sofregit de tomàquet

Lluç al forn amb salsa d'ametlles*

Fruita del temps

Crema de verdures amb oli d'oliva

Pasta* a la carbonara amb bacó i crema de llet

Fruita del temps

Cigrons amb patata oli d'oliva

Truita de carbassó amb enciam i olives

logurt de La Fageda

Crema de carbassa amb oli d'oliva

Contraçuixa de pollastre al forn amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

* Producte sense gluten



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Els menús poden ser modificats sense previ avís, en funció de les necessitats del servei.

Prioritzem el consum de fruita i verdura de temporada i de proximitat.

Fem servir oli d'oliva per cuinar i amanir.

6 DILLUNS DE PASQUA

7 Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva

Truita de carbassó amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

8 Crema de carbassó amb oli d'oliva

Gall dindi arrebossat amb enciam i cogombre

Fruita del temps

9 Cigrons estofats amb porro, pastanaga i pebrot

Pit de pollastre a la planxa amb enciam i pipes

logurt de La Fageda sense lactosa

10 Arròs amb sofregit de tomàquet

Estofat de vedella amb salsa

Fruita del temps

13 Pèsols amb patata i oli d'oliva

Hamburguesa de vedella a la planxa amb enciam i tomàquet

Fruita del temps

14 Verdura tricolor amb mongeta tendra, patata i pastanaga

Salmó al forn amb enciam i olives

Fruita del temps

15 Llenties estofades amb porro, pastanaga, pebrot i quinoa

Ous durs amb sofregit de tomàquet

logurt de La Fageda sense lactosa

16 Crema de carbassa amb oli d'oliva

Pernilets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

17 *Macarrons amb herbes provençals*

Bacallà al forn amb samfaina de tomàquet, ceba i pebrot

Fruita del temps

20 Crema de coliflor amb crostons i oli d'oliva

Tires de calamar fregit amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

21 Sopa de pollastre amb pistons

Gall dindi a la planxa amb enciam i cogombre

Fruita del temps

22 Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva

Pit de pollastre a la planxa amb enciam i pipes

Fruita del temps

23 *Sant Jordi*
Crema de verdures amb oli d'oliva

Pizza casolana de *formatge sense lactosa* amb amanida

Maduixes

24 Mongetes seques estofades amb porro, pastanaga i pebrot

Truita de patates i ceba amb enciam i tomàquet

logurt de La Fageda sense lactosa

27 Arròs amb sofregit de tomàquet

Lluç al forn amb enciam i pipes

Fruita del temps

28 Crema de verdures amb oli d'oliva

Espaguetis saltats amb bacó i oli d'oliva

Fruita del temps

29 Llenties estofades amb porro, pastanaga, pebrot i arròs

Truita de carbassó amb enciam i olives

logurt de La Fageda sense lactosa

30 Crema de carbassa amb oli d'oliva

Contracuixa de pollastre al forn amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

** Producte sense lactosa*



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Els menús poden ser modificats sense previ avís, en funció de les necessitats del servei.

Prioritzem el consum de fruita i verdura de temporada i de proximitat.

Fem servir oli d'oliva per cuinar i amanir.

DILLUNS DE PASQUA

Pèsols amb patata i oli d'oliva

Hamburguesa de vedella a la planxa amb enciam i tomàquet

Fruita del temps

Crema de coliflor amb crostons i oli d'oliva

Lluç a la planxa amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

Arròs amb sofregit de tomàquet

Lluç al forn amb salsa d'ametlles

Fruita del temps

Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva

Lluç a la planxa amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

Verdura tricolor amb mongeta tendra, patata i pastanaga

Salmó al forn amb enciam i olives

Fruita del temps

Sopa de pollastre amb pistons

Gall dindi a la planxa amb enciam i cogombre

Fruita del temps

Crema de verdures amb oli d'oliva

Pasta* a la carbonara amb bacó i crema de llet

Fruita del temps

Crema de carbassó amb oli d'oliva

Gall dindi a la planxa amb enciam i cogombre

Fruita del temps

Llenties estofades amb porro, pastanaga, pebrot i quinoa

Llom de porc a la planxa amb enciam i pipes

logurt de La Fageda

Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva

Pit de pollastre a la planxa amb enciam i pipes

Fruita del temps

Carbassó al forn amb formatge

Llenties estofades amb porro, pastanaga, pebrot i arròs

logurt de La Fageda

Cigrons estofats amb porro, pastanaga i pebrot

Pit de pollastre a la planxa amb enciam i pipes

logurt de La Fageda

Crema de carbassa amb oli d'oliva

Pernilets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

Sant Jordi

Crema de verdures amb oli d'oliva

Pizza de formatges casolana* amb enciam i olives

Maduixes amb nata

Crema de carbassa amb oli d'oliva

Contraçuixa de pollastre al forn amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

Arròs amb sofregit de tomàquet

Estofat de vedella amb salsa

Fruita del temps

Pasta* amb pesto d'alfabrega, pinyons i formatge

Bacallà al forn amb samfaina de tomàquet, ceba i pebrot

Fruita del temps

Mongetes seques estofades amb porro, pastanaga i pebrot

Llom de porc a la planxa amb enciam i tomàquet

logurt de La Fageda

** Producte sense ou*





ABRIL 2026 MENÚ SENSE PEIX



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Els menús poden ser modificats sense previ avís, en funció de les necessitats del servei.

Prioritzem el consum de fruita i verdura de temporada i de proximitat.

Fem servir oli d'oliva per cuinar i amanir.

6 DILLUNS DE PASQUA

1 Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva

2 Truita de carbassó amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

1 FESTIU

8 Crema de carbassó amb oli d'oliva

9 Gall dindi arrebossat amb enciam i cogombre

Fruita del temps

2 DIJOUS SANT

9 Cigrons estofats amb porro, pastanaga i pebrot

10 Pit de pollastre a la planxa amb enciam i pipes

logurt de La Fageda

3 DIVENDRES SANT

10 Arròs amb sofregit de tomàquet

Estofat de vedella amb salsa

Fruita del temps

13 Pèsols amb patata i oli d'oliva

Hamburguesa de vedella a la planxa amb enciam i tomàquet

Fruita del temps

14 Verdura tricolor amb mongeta tendra, patata i pastanaga

Tires de mozzarella arrebossada amb enciam i olives

Fruita del temps

15 Llenties estofades amb porro, pastanaga, pebrot i quinoa

Ous durs amb sofregit de tomàquet i formatge rallat

logurt de La Fageda

16 Crema de carbassa amb oli d'oliva

Pernilets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

17 Macarrons amb pesto d'alfàbrega, pinyons i formatge

Truita a la francesa amb enciam i pipes

Fruita del temps

20 Crema de coliflor amb crostons i oli d'oliva

Tires de mozzarella arrebossada amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

21 Sopa de pollastre amb pistons

Gall dindi a la planxa amb enciam i cogombre

Fruita del temps

22 Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva

Pit de pollastre a la planxa amb enciam i pipes

Fruita del temps

23 **Sant Jordi**
Crema de verdures amb oli d'oliva

Pizza casolana de pernil dolç i formatge amb enciam i olives

Maduixes amb nata

24 Mongetes seques estofades amb porro, pastanaga i pebrot

Truita de patates i ceba amb enciam i tomàquet

logurt de La Fageda

27 Arròs amb sofregit de tomàquet

Llom de porc a la planxa amb enciam i pipes

Fruita del temps

28 Crema de verdures amb oli d'oliva

Espaguetis a la carbonara amb bacó i crema de llet

Fruita del temps

29 Llenties estofades amb porro, pastanaga, pebrot i arròs

Truita de carbassó amb enciam i olives

logurt de La Fageda

30 Crema de carbassa amb oli d'oliva

Contracuixa de pollastre al forn amb enciam i blat de moro

Fruita del temps





ABRIL 2026 SUGGERIMENTS PER AL SOPAR

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

6 DILLUNS DE PASQUA

13 Sopa de ceba

Calamars a la planxa amb amanida
Fruita del temps

20 Saltat de verdures
Trita de xampinyons amb amanida
Fruita del temps

27 Amanida variada
Quiche de verdures i formatge
Fruita del temps

7 Hummus amb pastanaga
Lluç arrebossat amb amanida
Fruita del temps

14 Bròquil amb patata
Seitons amb pa amb tomàquet
Fruita del temps

21 Sopa de pasta
Ous estrellats amb patates i pernil serrà
Fruita del temps

28 Espinacs amb patata
Salmó al forn amb ceba confitada
logurt

1 FESTIU

8 Sopa d'arròs
Albergínies farcides de tonyina
logurt

15 Espinacs a la catalana
Llom de porc a la planxa amb amanida
Fruita del temps

22 Pèsols amb patata
Llom de porc a la planxa amb amanida
Fruita del temps

29 Salmó al forn amb pèsols i puré de patates
Fruita del temps

2 DIJOUS SANT

9 Crema de verdures
Trita a la francesa amb amanida
Fruita del temps

16 Quinoa amb verdures
Ous remenats amb espàrrecs i amanida
logurt

23 Coliflor gratinada
Bunyols de bacallà amb amanida
Fruita del temps

30 Tomàquet amb mozzarella
Orada al forn
Fruita del temps

3 DIVENDRES SANT

10 Amanida variada
Crep de d'espinacs i formatge
Fruita del temps

17 Torrada amb escalivada i formatge
Fruita del temps

24 Guacamole amb natxos
Fajitas de pollastre
Fruita del temps



Informació nutricional: fruita i verdura cada dia

Amb l'arribada de la primavera els àpats tendeixen a ser més frescos, lleugers i plens de color. És un bon moment per incloure aliments de temporada, com els espinacs, les bledes, els pèsols, els porros, l'enciam, les maduixes o els cítrics, que acostumen a oferir bon gust i frescor, a més de vitamines i mineral. La fruita hauria de ser present cada dia, i no quedar només per a les postres. Pot formar part de l'esmorzar, del mig matí o del berenar, sola o combinada amb iogurt natural, civada o fruita seca. El seu gust dolç natural la converteix en una bona alternativa a productes amb sucres afegits. És preferible consumir-ne sencera o a trossos, més que no pas en forma de suc. Tenir-la tallada a la nevera o oferir-la en preparacions senzilles, com ara una macedònia, un bol de iogurt amb fruita o una torrada amb fruita i crema de fruita seca en pot facilitar el consum. Les verdures i hortalisses també han de tenir una presència habitual als plats principals, tant al dinar com al sopar, ja sigui com a part del primer plat o com a acompanyament del segon. Ajuden a saciar-nos i fan que els àpats siguin més complets i equilibrats. També es poden incorporar en altres moments del dia (entreplans, esmorzars salats, berenars, petits àpats entre hores...). Una mica de tomàquet, unes fulles d'enciam, pastanaga o cogombre ja poden ajudar a fer-les més presents. Es poden oferir en amanides, cremes, truites, arrossos o pasta, i per tenir-les sempre a punt pot anar bé preparar sofregits, samfaines o altres elaboracions amb hortalisses variades i congelar-les per als dies amb menys temps. Planificar els menús i la compra ajuda a garantir la presència de fruita i hortalisses en el dia a dia. Incorporar aquests aliments als àpats habituals ajuda a donar més color, varietat i valor nutricional a la dieta, i també a desplaçar opcions ultraprocesades. Cada color suma, cada varietat aporta i cada petit canvi ajuda a construir uns hàbits més saludables!