

MARÇ 2026 MENÚ HALAL



2 Coliflor amb patates

Estofat de vedella
amb hortalisses

Fruita

3 Cigrons estofats amb
espinacs

Remenat d'ou amb
amanida d'enciam i olives

Fruita

4 Arròs amb salsa
de tomàquet

Pit de pollastre amb
enciam, olives i remolatxa

Fruita

5 Pasta de colors amb
formatge parmesà

Peix al forn amb tomàquet,
ceba i olives

Fruita

6 Crema d'all porro
amb pastanaga

Ragut de gall d'indi

logurt

9 Puré de pastanaga,
carbassó i patata

Pollastre al forn amb
tomàquet i olives

Fruita

10 Mongeta tendra
amb patates

Salsitxes de pollastre amb
moniato al forn

Fruita

11 Arròs integral
amb verdures

Truita de patates amb
enciam, raves i ceba

Fruita

12 Macarrons amb salsa
napolitana

Peix al forn amb pebrot
escalivat

logurt amb canela

13 Llenties estofades

Hamburguesa veggie meat
amb enciam romana
i cogombre

Fruita

16 Pèsols amb
patates al vapor

Pintxo de pollastre al forn
amb enciam i blat de moro

Fruita

17 Puré de patata,
carbassa i all porro

Rodó de vedella en
salsa d'hortalisses

logurt amb mel

18 Espaguetis amb
salsa de tomàquet

Truita d'espinacs amb
enciam, cogombre i olives

Fruita

19 Arròs amb xampinyons

Peix fresc al forn amb
tomàquet, ceba i olives

Fruita

20 Mongetes blanques
estofades

Daus de gall d'indi amb
verdures al forn

Fruita

23 Bledes amb patates
al vapor

Cuixa de pollastre al forn
amb verdures

Fruita

24 Llenties a la
cassola

Truita de carbassó amb
enciam, raves i ceba

Fruita

25 Amanida d'arròs,
tonyina, blat de moro,
pastanga ratllada i olives

Calamars
amb samfaina

logurt

26 Macarrons integrals
amb salsa de bolets

Peix fresc al forn
amb tomàquet amanit

Fruita

27 Crema de cigrons
pastanaga i carbassó
Burger de brocoli amb
enciam iceberg i
cogombre

Fruita



MARÇ 2026 MENÚ VEGETARIÀ



2 Coliflor amb patates

Estofat de tofu
amb hortalisses

Fruita

3 Cigrons estofats amb
espinacs

Remenat d'ou amb
amanida d'enciam i olives

Fruita

4 Arròs amb salsa
de tomàquet

Alvocat amb
enciam, olives i remolatxa

Fruita

5 Pasta de colors amb
formatge parmesà

Peix al forn amb tomàquet,
ceba i olives

logurt

6 Crema d'all porro
amb pastanaga

Mandonguilles vegetals

Fruita

9 Puré de pastanaga,
carbassó i patata

Mongetes blanques
amb tomàquet i olives
negres

Fruita

10 Mongeta tendra
amb patates

Seitan
amb samfaina

Fruita

11 Arròs integral
amb verdures

Truita de patates amb
enciam, raves i ceba

Fruita

12 Macarrons amb salsa
napolitana

Carxofes al forn amb
pebrot escalivat

logurt amb canela

13 Lenties estofades

Hamburguesa veggie meat
amb enciam romana
i cogombre

Fruita

16 Pèsols amb
patates al vapor

Quinoa amb enciam i
blat de moro

Fruita

17 Puré de patata,
carbassa i all porro

Albergínia farcida
de formatge

logurt amb mel

18 Espaguetis amb
salsa de tomàquet

Truita d'espinacs amb
enciam, cogombre i olives

Fruita

19 Arròs amb
xampinyons

Faves amb tomàquet,
ceba i olives

Fruita

20 Mongetes blanques
estofades

Daus de tofu amb
verdures al forn

Fruita

23 Bledes amb patates
al vapor

Pizza vegetal

Fruita

24 Lenties a la
cassola

Truita de carbassó amb
enciam, raves i ceba

Fruita

25 Amanida d'arròs,
blat de moro,
pastanaga ratllada i olives

Xampinyons amb
samfaina

logurt

26 Macarrons integrals
amb salsa de bolets

Formatge fresc amb
tomàquet amanit

Fruita

27 Crema de cigrons
pastanaga i carbassó

Pebrot farcit de verdures

Fruita

MARÇ 2026 MENÚ SENSE PEIX



2 Coliflor amb patates

Estofat de vedella
amb hortalisses

Fruita

3 Cigrons estofats amb espinacs

Remenat d'ou amb
amanida d'enciam i olives

Fruita

4 Arrós amb salsa de tomàquet

Pit de pollastre amb
enciam, olives i remolatxa

Fruita

5 Pasta de colors amb formatge parmesà

Llom amb tomàquet,
ceba i olives

Fruita

6 Crema d'all porro amb pastanaga

Ragut de gall d'indi

logurt

9 Puré de pastanaga, carbassó i patata

Pollastre al forn amb
tomàquet i olives

Fruita

10 Mongeta tendra amb patates

Salsitxes de porc amb
moniato al forn

Fruita

11 Arròs integral amb verdures

Truita de patates amb
enciam, raves i ceba

Fruita

12 Macarrons amb salsa napolitana

Bistec amb pebrot
escalivat

logurt amb canela

13 Lenties estofades

Hamburguesa veggie meat
amb enciam romana
i cogombre

Fruita

16 Pèsols amb patates al vapor

Pintxo de pollastre al forn
amb enciam i blat de moro

Fruita

17 Puré de patata, carbassa i all porro

Rodó de vedella en
salsa d'hortalisses

logurt amb mel

18 Espaguetis amb salsa de tomàquet

Truita d'espinacs amb
enciam, cogombre i olives

Fruita

19 Arrós amb xampinyons

Llibret de pernil dolç i
formatge amb tomàquet,
ceba i olives

Fruita

20 Mongetes blanques estofades

Daus de gall d'indi amb
verdures al forn

Fruita

23 Bledes amb patates al vapor

Cuixa de pollastre al forn
amb verdures

Fruita

24 Lenties a la cassola

Truita de carbassó amb
enciam, raves i ceba

Fruita

25 Amanida d'arròs, blat de moro, pastanga ratllada i olives

Llom de porc amb
samfaina

logurt

26 Macarrons integrals amb salsa de bolets

Calamars
amb tomàquet amanit

Fruita

27 Crema de cigrons pastanaga i carbassó Burger de brocoli amb enciam iceberg i cogombre

Fruita

MARÇ 2026 MENÚ SENSE LLEGUMS



2 Coliflor amb patates

Estofat de vedella
amb hortalisses

Fruita

3 Patates estofats amb
espinacs

Remenat d'ou amb
amanida d'enciam i olives

Fruita

4 Arrós amb salsa
de tomàquet

Pit de pollastre amb
enciam, olives i remolatxa

Fruita

5 Pasta de colors amb
formatge parmesà

Peix al forn amb tomàquet,
ceba i olives

Fruita

6 Crema d'all porro
amb pastanaga

Ragut de gall d'indi

logurt

9 Puré de pastanaga,
carbassó i patata

Pollastre al forn amb
tomàquet i olives

Fruita

10 Broquil
amb patates

Salsitxes de porc amb
moniato al forn

Fruita

11 Arròs integral
amb verdures

Truita de patates amb
enciam, raves i ceba

Fruita

12 Macarrons amb salsa
napolitana

Peix al forn amb pebrot
escalivat

logurt amb canela

13 Carxofes estofades

Hamburguesa veggie meat
amb enciam romana
i cogombre

Fruita

16 Espàrrecs amb
patates al vapor

Pintxo de pollastre al forn
amb enciam i blat de moro

Fruita

17 Puré de patata,
carbassa i all porro

Rodó de vedella en
salsa d'hortalisses

logurt amb mel

18 Espaguetis amb
salsa de tomàquet

Truita d'espinacs amb
enciam, cogombre i olives

Fruita

19 Arrós amb xampinyons

Peix fresc al forn amb
tomàquet, ceba i olives

Fruita

20 Fideus a la cassola

Daus de gall d'indi amb
verdures al forn

Fruita

23 Bledes amb patates
al vapor

Cuixa de pollastre al forn
amb verdures

Fruita

24 Pastanaga i all porro
saltejats amb tofu

Truita de carbassó amb
enciam, raves i ceba

Fruita

25 Amanida d'arròs,
tonyina, blat de moro,
pastanaga ratllada i olives

Llom de porc amb
samfaina

logurt

26 Macarrons integrals
amb salsa de bolets

Peix fresc al forn
amb tomàquet amanit

Fruita

27 Crema de
pastanaga i carbassó
Burger de brocoli amb
enciam iceberg i
cogombre

Fruita



MARÇ 2026 MENÚ SENSE OU



2 Coliflor amb patates

Estofat de vedella
amb hortalisses

Fruita

3 Cigrons estofats amb
espinacs

Llom amb
amanida d'enciam i olives

Fruita

4 Arròs amb salsa
de tomàquet

Pit de pollastre amb
enciam, olives i remolatxa

Fruita

5 Pasta de colors amb
formatge parmesà

Peix al forn amb tomàquet,
ceba i olives

Fruita

6 Crema d'all porro
amb pastanaga

Ragut de gall d'indi

logurt

9 Puré de pastanaga,
carbassó i patata

Pollastre al forn amb
tomàquet i olives

Fruita

10 Mongeta tendra
amb patates

Salsitxes de porc amb
moniato al forn

Fruita

11 Arròs integral
amb verdures

Bístec de vedella amb
enciam, raves i ceba

Fruita

12 Macarrons amb salsa
napolitana

Peix al forn amb pebrot
escalivat

logurt amb canela

13 Lenties estofades

Hamburguesa de pollastre
amb enciam romana
i cogombre

Fruita

16 Pèsols amb
patates al vapor

Pintxo de pollastre al forn
amb enciam i blat de moro

Fruita

17 Puré de patata,
carbassa i all porro

Rodó de vedella en
salsa d'hortalisses

logurt amb mel

18 Espaguetis amb
salsa de tomàquet

Espinacs saltejats amb
pernil salat amb enciam,
cogombre i olives

Fruita

19 Arròs amb
xampinyons

Peix fresc al forn amb
tomàquet, ceba i olives

Fruita

20 Mongetes blanques
estofades

Daus de gall d'indi amb
verdures al forn

Fruita

23 Bledes amb patates
al vapor

Cuixa de pollastre al forn
amb verdures

Fruita

24 Lenties a la cassola

Calamars a la planxa amb
carbassó, enciam, raves i
ceba

Fruita

25 Amanida d'arròs,
tonyina, blat de moro,
pastanga ratllada i olives

Llom de porc amb
samfaina

logurt

26 Macarrons integrals
amb salsa de bolets

Peix fresc al forn
amb tomàquet amanit

Fruita

27 Crema de cigrons
pastanaga i carbassó
Burger de brocoli amb
enciam iceberg i
cogombre

Fruita

Menú especial de Març

Club del migdia

20 de Març



Gall d'indi amb verdures



Mongetes blanques

Fruita



ESCAPE ROOM

Operació fruites i verdures

Fruïtes i verdures: energia
i diversió!

Aprenem i juguem junts
cada dia!

