



# ABRIL 2025

## DIABETICA 5,5R. NO PEIX NI MARISC

1		DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOURS 3	DIVENDRES 4	
DINAR		<p>CREMA DE CARABASSA I POMA 2R: (1R: 200g de verdura + 1R: 65g de patata bullida)</p> <p><b>OUS BULLITS (3) AMB TUMBET:</b> alberginia, pebre vermell, carbassó, patata i salsa de tomàtiga 2R: 70g de patata al forn</p> <p>FRUITA 1,5 R (mirar les taules)</p>	<p>AGUIAT DE CIGRONS: espinacs, pastanaga, ceba, bledes 4R: (3R, 165g de cigrons bullits + 1R, 65g de patata bullida)</p> <p>INDIOT A LA PLANXA</p> <p>AMANIDA: Enciam, pastanaga i olives</p> <p>IOGURT sense de sabors 1,5R (125g de iogurt) (7)</p>	<p>ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀTIGA CASOLANA 4R: 160g d'arròs integral bullit o 152g d'arròs blanc bullit</p> <p>POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA</p> <p>FRUITA 1,5 R (mirar les taules)</p>	<p>CUINAT DE LLENTIES (1) 4R: (3R: 150g de lletia bullida + 1R: 65g de patata bullida)</p> <p>HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (6,9,12)</p> <p>AMANIDA: TREMPÓ (tomàtiga, pebre blanc i ceba)</p> <p>FRUITA 1,5 R (mirar les taules)</p>	
		NO PA	NO PA	NO PA	NO PA	
DILLUNS 7		DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOURS 10	DIVENDRES 11	
DINAR		<p>CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE 3R: (1R: 200g de verdura + 2R: 130g de patata bullida)</p> <p>FRUITA DE PATATA 1R: 120g de truita de patata</p> <p>AMANIDA: Capresse (tomàtiga, d'aus de formatge i orenga) (7)</p> <p>FRUITA 1,5 R (mirar les taules)</p>	<p>FIDEUÀ DE VERDURES SENSE GLUTEN 4R: 180g de pasta integral bullida</p> <p>CONTRES POLLASTRE ROSTIT</p> <p>AMANIDA: lletuga, remolatxa i blat de les índies</p> <p>FRUITA 1,5 R (mirar les taules)</p>	<p>ARRÒS CALDÓS AMB BROU DE CARN I VERDURES 4R: 160g d'arròs integral bullit o 152g d'arròs blanc bullit</p> <p>HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA (6,9,12)</p> <p>BRÒQUIL AL VAPOR</p> <p>FRUITA 1,5 R (mirar les taules)</p>	<p>AMANIDA DE PATATA SENSE TONYINA : tomàtiga, patata i olives verdes 4R: 260g de patata bullida</p> <p>INDIOT A LA PLANXA</p> <p>MONGETA VERDA SALTEJADA AMB BACÓN (poca quantitat)</p> <p>FRUITA 1,5 R (mirar les taules)</p>	<p>CUINAT DE MONGETA BLANCA 2R : 110g de mongeta blanca bullida</p> <p>LLOM AMB SALSA DE VERDURES</p> <p>ARRÒS INTEGRAL 2R: 80g d'arròs integral o 76 d'arròs blanc bullit</p> <p>IOGURT sense de sabors 1,5R (125g de iogurt) (7)</p>
		NO PA	NO PA	NO PA	NO PA	
DILLUNS 14		DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOURS 17	DIVENDRES 18	
DINAR		<p>ARRÒS 3 DELÍCIES (indiots, pastanagó i pèsols) 4R: 160g d'arròs integral bullit o 152g d'arròs blanc bullit</p> <p>POLLASTRE AMB PEBRE BORD I ALLETS</p> <p>AMANIDA: lletuga i tomàtiga</p> <p>FRUITA 1,5 R (mirar les taules)</p>	<p>SOPA FIDEUÍ DE BROU DE CARN I VERDURES AMB CIGRONS (1,3,6,10) 4R:(3R, 135g de pasta bullida + 1R, 55g de cigrons bullits)</p> <p>TRUITA FRANCESA (3)</p> <p>AMANIDA: lletuga, brots de soja i indiots (6)</p> <p>FRUITA 1,5 R (mirar les taules)</p>	<p>PURÉ DE CARBASSÓ I PERA 2R: (1R: 200g de verdura + 1R: 65g de patata bullida)</p> <p>PILOTES AMB SALSA DE TOMÀTIGA (6,9,12) AMB PATATA AL FORN 2R: 70g de patata al forn</p> <p>FRUITA 1,5 R (mirar les taules)</p>	<p><b>FESTIU</b></p>  	
		NO PA	NO PA	NO PA		
DILLUNS 21		DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOURS 24	DIVENDRES 25	
		<p>FESTIU: SETMANA SANTA</p> 				

# ABRIL 2025

## DIABETICA 5,5R. NO PEIX NI MARISC

4	DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30
DINAR	<p>TALLARINS <b>INTEGRALS</b> A LA NAPOLITANA (1,3,6,,10) <b>4R:</b> 180g de pasta integral bullida</p> <p><b>TRUITA FRANCESA (3)</b></p> <p>AMANIDA: enciam pastanaga i olives negres</p> <p>FRUITA <b>1,5 R</b> (mirar les taules)</p>	<p>CREMA DE BRÒQUIL I COLIFLOR <b>2R:</b> (1R: 200g de verdura + 1R: 65g de patata bullida)</p> <p>AGUIAT DE PORC AMB PATATA <b>2R:</b> 130g de patata bullida</p> <p>IOGURT sense de sabors <b>1,5R</b> (125g de iogurt) (7)</p>	<p>ENSALADILLA RUSSA <b>SENSE TONYINA</b> amb patata, pastanaga, mongeta verda, ou bullit, i maionesa (3,6,7) <b>2R:</b> 130g de patata bullida</p> <p>CUIXES DE POLLASTRE AL FORN</p> <p>ARRÒS INTEGRAL <b>2R:</b> 80g d'arròs integral o 76 d'arròs blanc bullit</p> <p>FRUITA <b>1,5 R</b> (mirar les taules)</p>
	<b>NO PA</b>	<b>NO PA</b>	<b>NO PA</b>
<p>14 al·lèrgens reglamentaris : 1 Gluten 2 Crustacis 3 Ous 4 Peix 5 Cacahuets 6 Soja 7 Llet o productes que continguin lactosa 8 Fruits seca amb closca 9 Apid 10 Mostassa 11 Sésam 12 Diòxid de sofre o sulfits 13 Altramosos 14 Moluscs</p>			
<b>NO PEIX NI MARISC</b>			
<p><i>En aquest menú totes es elaboracions que portin PEIX I/O MARISC seràn substituïdes per productes similars a les del menú general. En ocasions hi ha canvis per facilitar el treball a cuina (tenim moltes al·lèrgies)-Tots els canvis estan marcats en vermell.</i></p>			

Utilitzem les taules de les racions d' HIDRATS DE CARBONI de la "FUNDACIÓN PARA LA DIABETES" juntament

TR FRUITA:	1,5R FRUITA	2R FRUITA
200g SINDRIA	300g	400g
200g MELO	300g	400g
150g ALBERCOC	225g	300g
100g NECTARINA	150g	200g
100g PRUNA	150g	200g
100g POMA	150g	200g
100g MANARINA	150g	200g
100g PRÉSSEC	150g	200g
200g MADUIXES	300g	400g
100g PERA	150g	200g
100g TARONJA	150g	200g
100g PINYA (2 rodanx)	150g	200g
100g PRUNA	150g	200g
50g PLATAN	75g	100g

\* la pasta sense gluten conté 13g de carbohidrat per 1R

\*Els canvis referents a les racions d'hidrats de carboni estàn marcats en blau.

\* Si hi ha canvis del menú basal, aquests estàn marcats amb vermell. Aquests són fets expressament per poder