


GUMEN

MENÚ GUMEN LLARS

- *Abril 2026*

Els millors ingredients per als teus fills
des de l'origen, **honestedat i compromís.**



MANUALITAT Rosa de Sant Jordi



Recorda:

- El menú de cada dia esta **elaborat el mateix dia.**
- D'aquest menú un **25% de la pasta és ecològica.**
- El nostre arròs prové del **delta de L'Ebre.**
- És molt important la fruita dins de la nostra dieta, els làctics no han de substituir a la fruita. És **de proximitat i dues vegades al mes és ecològica.**
- Els dijous el **pa és integral.**
- Per cuinar i amanir s'utilitza **oli d'oliva** i per fregir oli de gira-sol alt oleic.
- El sopar serà el millor moment per a **complementar la nostra dieta**, si ho feu d'hora ajudarà als nens a dormir bé.
- Només hauríem de menjar brioixeria, pastissos i dolços **esporàdicament.**

ABRIL 2026 - Menú Gumen Llars

30 DILLUNS

31 DIMARTS

1 DIMECRES

2 DIJOUS

3 DIVENDRES

6 DILLUNS

7 DIMARTS

8 DIMECRES

9 DIJOUS

10 DIVENDRES

DILLUNS DE PASQUA

Purè de verdures

Pollastre a l'orly amb amanida, ceba i pastanaga

Fruita de temporada

Cigrons amb patata i verdures (carbassó, ceba, pastanaga i pebrot)

Truita a la francesa (carbassó, ceba, pastanaga i pebrot)

Fruita de temporada

Macarrons a la napolitana

Lluç al forn amb amanida d'enciam, ceba i blat de moro

Fruita de temporada

Arròs tres delícies (pèsols, blat de moro i pastanaga)

Gall d'indi estofat amb xampinyons i ceba

Fruita de temporada

13 DILLUNS

14 DIMARTS

15 DIMECRES

16 DIJOUS

17 DIVENDRES

Bròquil i patata

Salsitxes de porc amb amanida d'enciam, pastanaga i olives

Fruita de temporada

Fideus a la cassola (sense carn)

Truita a la francesa amb amanida d'enciam, ceba i pastanaga

Fruita de temporada

Llenties amb verdures i patata

Lluç a la planxa amb amanida

logurt natural

Patata i pèsols

Pollastre al forn amb amanida de tomàquet, blat de moro i ceba

Fruita de temporada

Arròs amb tomàquet

Bacallà al forn amb carbassó, ceba i xampinyons

Fruita de temporada

20 DILLUNS

21 DIMARTS

22 DIMECRES

23 DIJOUS

24 DIVENDRES

Crema de carbassa

Truita de patata i ceba amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga

Fruita de temporada

Mongeta tendra i patata

Gall dindi rostit amb amanida d'enciam, ceba i pastanaga

Fruita de temporada

Crema de verdures

Cigrons amb patata

Fruita de temporada

Sopa de fideus

Lluç a la planxa amb amanida d'enciam, ceba i pastanaga

Fruita de temporada

Arròs amb tomàquet

Pernilets de pollastre al forn amb amanida d'enciam, tomàquet i olives

Fruita de temporada

27 DILLUNS

28 DIMARTS

29 DIMECRES

30 DIJOUS

Cigrons amb verdures

Lluç al forn amb amanida d'enciam i tomàquet

Fruita de temporada

Mongeta i patata

Pernilets de pollastre al forn amb amanida

logurt natural

Crema de carbassa

Canelons de carn amb beixamel

Fruita de temporada

Arròs amb tomàquet

Truita a la francesa amb amanida

Fruita de temporada



MANUALITAT

Rosa de Sant Jordi



Consell!

*Perquè quedi més bonica, també podem fer la bandera de Catalunya per a posar la nostra rosa damunt. Per a fer la bandera simplement agafem plastilina vermella i groga, fem **quatre xurros de cada color**, i els posem tots junts.*

MATERIALS

- Plastilina vermella
- Plastilina verda
- Plastilina groga
- Cartró
- Utensilis de modelar

ELABORACIÓ

- Pas 1* Comencem amb la plastilina vermella i la dividim en boletes, entre vuit i deu aproximadament de diferents grandàries (molt petita i mitjanes).
- Pas 2* Agafem cada boleta de plastilina, les aixafem i els donem la forma dels pètals.
- Pas 3* Agafem els dos més petits i els ajuntem com si fossin un con. Al voltant d'aquests fem el mateix amb els mitjans. Fem això fins acabar amb els dos pètals més grans.
- Pas 4* Tallem una mica de la plastilina verda i fem la forma d'un xurro. Prenem una mica més de plastilina verda i li donem forma de fulla i forma de pètals més petits.
- Pas 5* Eganxem les fulles a la tija i ajuntem els que tenen forma de pètals amb el final de la tija. Després, fiquem els pètals de la nostra rosa en la tija. I ja la tenim!



**CUINAT
AVUI
SERVIT
AVUI**



GUMEN