

MENÚ - SENSE PORC - ABRIL 24 ESCOLA CATALUNYA

MONITÀULA

| | DILLUNS 1 | DIMARTS 2 | DIMECRES 3 | DIJOUS 4 | DIVENDRES 5 |
|---|---|--|--|---|---|
| SETMANA SANTA | | ESPIRALS AMB TOMÀQUET LLUÇ AL FORN AMB VERDURETES FRUITA DE TEMPORADA | MONGETES SEQUES AMB ALL I JULIVERT TRUITA DE PATATA I CEBA AMB ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES FRUITA DE TEMPORADA | BRÒQUIL AMB PATATA GALL DINIDI A LA MILANESA AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DE TEMPORADA | ARRÒS INTEGRAL A LA NAPOLITANA HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB CEBA CAMEL.LITZADA IOGURT NATURAL |
| DILLUNS 8 | DIMARTS 9 | DIMECRES 10 | DIJOUS 11 | DIVENDRES 12 | |
| VICHYSOISSE DE PORRO I PATATA AMB CROTONETS LLUÇ A LA ROMANA ENCIAM, TOMÀQUET I PASTANAGA FRUITA DE TEMPORADA | ARRÒS 3 DELÍCIES TRUITA DE TONYINA AMB ENCIAM, COGOMBRE I OLIVES FRUITA DE TEMPORADA | GRAELLADA DE VERDURES MACARRONS DE L'ÀVIA AMB SALSITXES DE POLLASTRE FRUITA DE TEMPORADA | CIGRONS SALTEJATS AMB VERDURETES HAMBURGUESA VEGETAL AMB ENCIAM, COGOMBRE PASTANAGA FRUITA DE TEMPORADA | MONGETA TENDRA AMB PATATA POLLASTRE A LA CASSOLA AMB ALBERGÍNIA I CARBASSÓ IOGURT NATURAL | |
| DILLUNS 15 | DIMARTS 16 | DIMECRES 17 | DIJOUS 18 | DIVENDRES 19 | |
| LLENTIES ESTOFADES ROTLLETS PRIMAVERA AMB TOMÀQUET I ENCIAM FRUITA DE TEMPORADA | TRICOLOR DE VERDURES AMB PATATA POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ IOGURT NATURAL | CREMA DE PASTANAGA I CEBA AMB CROSTONETS PAELLA A LA MARINERA AMB SÍPIA I VERDURETES FRUITA DE TEMPORADA | AMANIDA DE PASTA AMB BLAT DE MORO, TOMÀQUET I PASTANAGA TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM FRUITA DE TEMPORADA | SOPA DE VERDURES BACALLÀ AMB SAMFAINA FRUITA DE TEMPORADA | |
| DILLUNS 22 | DIMARTS 23 | DIMECRES 24 | DIJOUS 25 | DIVENDRES 26 | |
| MONGETA VERDA AMB PATATA SEITONS ARREBOSSATS AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES FRUITA DE TEMPORADA | CIGRONS AMB SALSETA DE TOMÀQUET SALSITXES DE POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS FRUITA DE TEMPORADA | SOPA DE BROU AMB PASTA MENUDA TRUITA DE PATATA AMB ENCIAM, TOMÀQUET I COGOMBRE IOGURT NATURAL | ENSALADILLA RUSSA AMB MAIONESA GALL DINDI AMB CEBA CAMEL.LITZADA FRUITA DE TEMPORADA | DIA LLIURE DISPOSICIÓ | |
| DILLUNS 29 | DIMARTS 30 | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES | |
| ESPAGUETTIS AMB TOMÀQUET TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM, COGOMBRE I PASTANAGA FRUITA DE TEMPORADA | BLEDES AMB PATATA POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM, PASTANAGA I COGOMBRE FRUITA DE TEMPORADA | | | | |

SABIES QUÈ?

Els fruits secs són un aliment enèrgic de qualitat, ric en greix insaturat, proteïnes i fibra. Amb propietats antioxidants (vitamina E), aportació de vitamina B i sals minerals com fòsfor, magnesi, coure i ferro

SI DINEM LLEGUMS O FÈCULES PODEM SOPAR VERDURES CUITES HORTALISSES CRUES

SI DINEM VERDURES PODEM SOPAR FÈCULES

SI DINEM OUS PODEM SOPAR CARN O PEIX

SI DINEM CARNS PODEM SOPAR OUS O PEIX

SI DINEM PEIX PODEM SOPAR CARNS O OUS

SI DINEM FRUITA PODEM SOPAR LÀCTICS O FRUITA

SI DINEM LÀCTICS PODEM SOPAR FRUITA

Fruita de temporada: pera, poma, plàtan, mandarina. Acompanyament de pa. Amanides amb oli d'oliva. Els àpats són de consum diari. Temperatura conservació plat calent: 65°C. Temperatura conservació plat fred: 8°C. PEIX SEGONS MERCAT

MENÚ ELABORAT SEGONS DIRECTRIUS DE LA GENERALITAT DE CATALUNYA
MENÚ CONSENSUAT AMB AFA

Els menús estan realitzats i revisats per la Sonia Villegas i la Marta Codina, DIETISTES - NUTRICIONISTES col·legiades: CAT000796

