

MENÚ SENSE OU FEBRER 25 ESCOLA CATALUNYA

DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
TRICOLOR DE VERDURES CANELONS AMB BEIXAMEL FRUITA DE TEMPORADA	ARRÒS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET LLOM A LA PLANXA AMB ENCIAM, COGOMBRE I PASTANAGA FRUITA DE TEMPORADA	ESTOFAT DE MONGETA BLANCA CALAMARS A LA ROMANA SENSE OU AMB ENCIAM, TOMÀQUET I BLAT DE MORO IOGURT NATURAL	SOPA DE PASTA SALSITXES DE POLLASTRE AMB PISTO D'HORTALISES FRUITA DE TEMPORADA	FESTIU
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
BLEDES AMB PATATA POLLASTRE ARREBOSSAT SENSE OU AMB ENCIAM,OMÀQUET I OLIVES FRUITA DE TEMPORADA	GUISAT DE LLENTIES AMB PORRO I PASTANAGA LASSANYA DE VERDURES FRUITA DE TEMPORADA	ESPAGUETIS INTEGRALS A LA CARBONARA ABADEJO AL FORN A LES FINES HERBES FRUITA DE TEMPORADA	SOPA DE VERDURES LLOM AMB CEBA CAMEL.LITZADA IOGURT DE MADUIXA	PAELLA MARINERA POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM, BLAT DE MORO I COGOMBRE FRUITA DE TEMPORADA
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
MACARRONS INTEGRALS A LA NAPOLITANA SEITONS SENSE OU AMB ENCIAM, COGOMBRE I PEBROT FRUITA DE TEMPORADA	OFEGAT DE PÈSOLS AMB PATATA I CEBA BOTIFARRA AL FORN AMB SAMFAINA FRUITA DE TEMPORADA	MONGETA BLANCA AMB PICADA D'ALL I JULIVERT HAMBURGUESA VEDELLA AMB ENCIAM,TOMÀQUET I OLIVES FRUITA DE TEMPORADA	ARRÒS MELÓS DE PEIX LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM, OLIVES I PASTANAGA FRUITA DE TEMPORADA	SOPA DE PASTA POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS IOGURT NATURAL
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
LLENTIES AMB CARBASSA I PORRO GALL D'INDI A LA PLANXA AMB SALS DE TOMÀQUET FRUITA DE TEMPORADA	CREMA DE COLIFLOR AMB CROSTONS LLOM A LA FORN AMB PATATES FREGIDES FRUITA DE TEMPORADA	ARRÒS A LA CASSOLA LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM,COGOMBRE I BLAT DE MORO FRUITA DE TEMPORADA	MONGETA VERDA AMB PATATA HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB ENCIAM, PEBROT I PASTANAGA IOGURT NATURAL	FIDEUA DE PEIX SALMÓ AL FORN AMB ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES FRUITA DE TEMPORADA
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES

Fruita de temporada: pera, poma, plàtan, mandarina,taronja. Acompanyament de pa. Amanides amb oli d'oliva.

Els àpats són de consum diari

Temperatura conservació plat calent: 63°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

MONITÀULA

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 CARN
PODEM SOPAR OUS O PEIX

SI DINEM PEIX
PODEM SOPAR CARN O OUS

SI DINEM FRUITA
PODEM SOPAR LÀCTICS O FRUITA

SI DINEM LÀCTICS
PODEM SOPAR FRUITA

