MENÚ ELABORAT PEL DEPARTAMENT DE NUTRICIÓ DE aramark

MES: Abril 2021

COL·LEGI: MADRE SACRAMENTO

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge	Valoració
			1 *1º Arròs 2º Peix amb Verdura i Fruita* *(*) 1º Verdura 2º Ous amb Patates i Fruita*	2 *1º Pasta 2º Carn amb Verdura i Fruita* *(*) 1º Verdura 2º Ous amb Patates i Fruita*	3 *1º Llegums 2º Peix amb Verdura i Lactis* *1º Verdura 2º Carn amb Pasta i Fruita*	4 *1º Verdura 2º Ous amb Llegums i Lactis* *1º Pasta 2º Carn amb Verdura i Fruita*	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 **FESTIU** *1º Verdura 2º Peix amb Pasta i Lactis* *(*) 1º Pasta 2º Ous amb Verdura i Fruita*	6 Crema de pastanaga i carbassa amb crostons Llom arrebossat amb arròs Fruita i pa *(*) 1º Pasta 2º Peix amb Verdura i Fruita*	7 Cigrons estofats (eco.) amb verdures Pernilets de pollastre al forn amb amanida Iogurt i pa *(*) 1º Verdura 2º Peix amb Pasta i Fruita*	8 Patates guisades amb verdures Hamburguesa de vedella amb amanida Fruita i pa *(*) 1º Verdura 2º Ous amb Llegums i Lactis*	9 Arròs amb tomàquet Bacallà a la romana amb amanida Fruita i pa *(*) 1º Verdura 2º Carn amb Patates i Lactis*	10 *1º Llegums 2º Carn amb Verdura i Lactis* *1º Verdura 2º Peix amb Patates i Fruita*	11 *1º Verdura 2º Ous amb Patates i Fruita* *1º Arròs 2º Carn amb Verdura i Lactis*	VE: 3343/800 GT: 23 GS: 4 HC: 111 AZ: 22 PROT: 39 SAL: 3
12 Dahl de llenties amb curri Croquetes de pernil amb amanida Fruita i pa *(*) 1º Verdura 2º Peix amb Patates i Lactis*	13 Crema de verdures (eco.) amb crostons Mandonguilles a la jardinera amb xampinyons Fruita i pa *(*) 1º Arròs 2º Peix amb Pasta i Lactis*	14 Pasta (eco.) amb verduretes Truita de carbassó amb amanida Iogurt i pa *(*) 1º Verdura 2º Carn amb Patates i Fruita*	15 Sopa d'aviram Pollastre al chilindrón amb amanida Fruita i pa *(*) 1º Verdura 2º Ous amb Arròs i Lactis*	16 Arròs amb pollastre i cúrcuma Filet de lluç al forn amb vinagreta de cítrics amb patates panadera Fruita i pa *(*) 1º Verdura 2º Carn amb Verdura i Fruita*	17 *1º Verdura 2º Ous amb Llegums i Lactis* *1º Llegums 2º Peix amb Verdura i Fruita*	18 *1º Patates 2º Carn amb Verdura i Lactis* *1º Verdura 2º Peix amb Pasta i Fruita*	VE: 3085/738 GT: 24 GS: 5 HC: 99 AZ: 29 PROT: 32 SAL: 3
19 Crema de porros Llom rostit amb salsa amb amanida Fruita i pa *(*) 1º Llegums 2º Peix amb Arròs i Fruita*	20 Arròs amb magre i xampinyons Rap al forn amb amanida Fruita i pa *(*) 1º Verdura 2º Carn amb Patates i Lactis*	21 Llenties a la jardinera Truita de pernil dolç amb amanida Iogurt i pa *(*) 1º Verdura 2º Peix amb Pasta i Fruita*	22 Sopa d'aviram amb fideus (eco.) Gall dindi a la planxa amb amanida Fruita i pa *(*) 1º Verdura 2º Ous amb Patates i Lactis*	23 Espirals napolitana Pollastre rostit a la llimona amb puré de patates Fruita i pa *(*) 1º Verdura 2º Peix amb Verdura i Lactis*	24 *1º Arròs 2º Carn amb Verdura i Fruita* *1º Verdura 2º Peix amb Llegums i Lactis*	25 *1º Verdura 2º Ous amb Pasta i Fruita* *1º Patates 2º Carn amb Verdura i Lactis*	VE: 2591/620 GT: 9 GS: 2 HC: 97 AZ: 23 PROT: 36 SAL: 3
26 Espaguetis amb salsa de tomàquet Truita de tonyina amb amanida Fruita i pa *(*) 1º Verdura 2º Carn amb Arròs i Lactis*	27 Sopa de galets Llom a la planxa amb amanida Fruita i pa *(*) 1º Verdura 2º Peix amb Patates i Fruita*	28 Paella mixta (eco.) Llomets de lluç a la romana amb amanida Iogurt i pa *(*) 1º Verdura 2º Ous amb Patates i Fruita*	29 Llenties a la riojana Pollastre rostit amb amanida Macedònia de fruites i pa *(*) 1º Verdura 2º Peix amb Pasta i Lactis*	30 **FESTIU** *1º Arròs 2º Carn amb Verdura i Lactis* *(*) 1º Verdura 2º Peix amb Patates i Fruita*			VE: 2728/653 GT: 12 GS: 3 HC: 98 AZ: 21 PROT: 39 SAL: 2

(*) Recomanació sopar (**) Recomanació dinar // A partir de 18 mesos

VISITA LA NOSTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES