

MENÚ ELABORAT PEL DEPARTAMENT DE NUTRICIÓ DE aramark

MES: Novembre 2022

COL·LEGI: MADRE SACRAMENTO

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Valoració
	1 FESTIU	2 Mongetes blanques estofades amb verdures Truita francesa amb amanida d'enciam, api i pastanaga Fruita i pa	3 Sopa minestrone Wok oriental de porc amb verdures amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita i pa integral	4 Arròs amb tomàquet Filet de lluç al forn amb vinagreta de cítrics amb saltejat de verdures Fruita i pa	VE: 2552/611 GT: 10 GS: 1 HC: 101 AZ: 30 PROT: 32 SAL: 2
7 Llenties amb verdures (ceba, pastanaga, patata i pebre vermell) Truita de patates amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro logurt i pa	8 Macarrons amb verdures Abadejo a la grega Fruita i pa integral	9 Minestra de verdures saltades Hamburguesa a la planxa amb amanida d'enciam, pastanagues i pipes Fruita i pa	10 Crema de carbassó Magre amb tomàquet amb patates rostides Fruita i pa integral	11 Arròs tres delícies Pollastre rostit amb salsa barbacoa amb patates daus Fruita i pa	VE: 3030/725 GT: 30 GS: 4 HC: 100 AZ: 23 PROT: 29 SAL: 2
14 Crema de verdures amb formatge Mandonguilles de vedella amb jardinera de xampinyons logurt i pa	15 Arròs al forn amb cigrons i pèsols Truita de formatge amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa integral	16 Mongeta tendra amb patates Ventresca de lluç amb pil-pil de tomàquet amb amanida de enciam, oliva i pipes Fruita i pa	17 J.G Extremadura Patates "revolconas" Salmorejo extremeny Regaña de castuera i pa integral	18 Crema de llegums Calamars a la romana amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa	VE: 2951/706 GT: 25 GS: 5 HC: 90 AZ: 20 PROT: 30 SAL: 2
21 Llenties estofades amb verdures Ous amb maionesa de tonyina amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga logurt i pa	22 Arròs integral amb salsa napolitana (tomàquet, pebrot, pastanaga, ceba) Pollastre rostit a la llimona amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa integral	23 Crema de verdures Botifarra al forn amb mongetes saltejades amb all i julivert Fruita i pa	24 Minestra de verdures saltades Ragout de gall dindi amb arròs pilaf Fruita i pa integral	25 Macarrons gratinats Fish and chips de llenguadina amb patates fregides Fruita i pa	VE: 3464/829 GT: 29 GS: 6 HC: 104 AZ: 26 PROT: 38 SAL: 2
28 Paella de verdures Mandonguilles amb samfaina logurt i pa	29 Trinxat de bròquil Delícies de bacallà amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa integral	30 Olleta de llegum Truita d'espínacs amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa			VE: 3283/785 GT: 27 GS: 5 HC: 107 AZ: 21 PROT: 30 SAL: 2