

Sense lactosa

MES: Novembre 2022

COL·LEGI: MADRE SACRAMENTO

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Valoració
Els iogurts són sense lactosa, els purés de verdures no porten làctics i el pa és sense al·lèrgens.	<b>1</b> <b>FESTIU</b>	<b>2</b> Mongetes blanques estofades amb verdures Truita francesa amb amanida d'enciam, api i pastanaga Fruita i pa	<b>3</b> Sopa minestrone Wok oriental de porc amb verdures amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita i <b>pa integral</b>	<b>4</b> 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
<b>7</b> Llenties amb verdures (ceba, pastanaga, patata i pebre vermell) Truita de patates amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro logurt (sense lactosa) i pa	<b>8</b> Macarrons amb verdures Abadejo a la grega Fruita i <b>pa integral</b>	<b>9</b> Minestra de verdures saltades Hamburguesa a la planxa amb amanida d'enciam, pastanagues i pipes Fruita i pa	<b>10</b> Crema de carbassó (ceba, carbassó, patata) Magre amb tomàquet amb patates rostides Fruita i <b>pa integral</b>	<b>11</b> Arròs tres delícies Pollastre rostit amb salsa barbacoa amb patates daus Fruita i pa	VE: 3019/722 GT: 29 GS: 4 HC: 100 AZ: 23 PROT: 30 SAL: 2
<b>14</b> Crema de verdures Mandonguilles de vedella amb jardineria de xampinyons logurt (sense lactosa) i pa	<b>15</b> Arròs al forn amb cigrons i pèsols Truita francesa amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i <b>pa integral</b>	<b>16</b> Mongeta tendra amb patates Ventresca de lluç amb pil-pil de tomàquet amb amanida de enciam, oliva i pipes Fruita i pa	<b>17</b> <b>J.G Extremadura</b> Patates "revolconas" amb formatge (ratllat sense lactosa) Salmorejo extremeny Fruita i <b>pa integral</b>	<b>18</b> Crema de llegums Calamars a la romana amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa	VE: 2885/690 GT: 24 GS: 4 HC: 91 AZ: 25 PROT: 29 SAL: 2
<b>21</b> Llenties estofades amb verdures Ous i tomàquet amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga logurt (sense lactosa) i pa	<b>22</b> <b>Arròs integral</b> amb salsa napolitana (tomàquet, pebrot, pastanaga, ceba) Pollastre rostit a la llimona amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i <b>pa integral</b>	<b>23</b> Crema de verdures Botifarra al forn amb mongetes saltejades amb all i julivert Fruita i pa	<b>24</b> Minestra de verdures saltades Ragout de gall dindi amb arròs pilaf Fruita i <b>pa integral</b>	<b>25</b> Macarrons amb tomàquet Fish and chips de llenguadina amb patates fregides Fruita i pa	VE: 3253/778 GT: 24 GS: 5 HC: 108 AZ: 25 PROT: 38 SAL: 2
<b>28</b> Paella de verdures Mandonguilles amb samfaina logurt (sense lactosa) i pa	<b>29</b> Trinxat de bròquil Delícies de bacallà amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i <b>pa integral</b>	<b>30</b> Olleta de llegum Truita d'espínacs amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa			VE: 3265/781 GT: 26 GS: 5 HC: 107 AZ: 22 PROT: 31 SAL: 2