

DIETA: BASAL

	DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES											
1° SETMANA	<p>Un bon any comença amb un gran somriure</p> <p>PER UN... 2021 MÉS FELIÇ</p>																			
2° SETMANA																				
3° SETMANA	DILLUNS	11	DIMARTS	12	DIMECRES	13	DIJOUS	14	DIVENDRES	15										
	Cigrons a la catalana (ceba, tomàquet, i ou dur) Bistec de d'au a la planxa Enciam i blat de moro Fruita de temporada		Mongeta tendra i patata Estofat de vedella Xampinyons i pastanaga Amanida variada Fruita de temporada		Crema de patata i porros amb crostonets Nuggets de pollastre Tomàquet amanit Fruita de temporada		Espirals amb salsa de formatge Filet de lluç al forn Enciam i blat de moro Fruita de temporada		Arròs amb verdures (pastanaga, pèsols, carxofes, pebrot) Trita de tonyina Enciam i pastanaga logurt											
	K 678,6	H 67,3	P 36,1	L 29,5	K 634,5	H 49,4	P 32,0	L 35,1	K 701,9	H 73,4	P 18,7	L 38,4	K 788,4	H 80,9	P 41,7	L 33,3	K 700,7	H 82,2	P 21,6	L 31,1
4° SETMANA	DILLUNS	18	DIMARTS	19	DIMECRES	20	DIJOUS	21	DIVENDRES	22										
	Macarrons carbonara (salsa beixamel i bacó) i formatge ratllat Filet de gallineta a la planxa Enciam i pastanaga Fruita de temporada		Llenties amb verdures (pastanaga, ceba i tomàquet) Pollastre al forn amb ceba potxada Enciam i blat de moro Fruita de temporada		Minestra de verdures (patates, pèsols, pastanaga, mongeta tendra) Llom al forn amb tomàquet i formatge gratinat Fruita de temporada		Arròs amb salsa de tomàquet casolà Trita de carbassó Mesclum, pastanaga i olives logurt		Crema de carbassó Mandonguilles guisades (de lluç) amb xampinyons Fruita de temporada											
	K 775,4	H 80,1	P 42,7	L 30,8	K 726,9	H 71,9	P 36,5	L 33,1	K 617,3	H 53,3	P 29,7	L 32,0	K 656,5	H 86,2	P 17,8	L 25,9	K 589,2	H 64,4	P 19,3	L 28,3
5° SETMANA	DILLUNS	25	DIMARTS	26	DIMECRES	27	DIJOUS	28	DIVENDRES	29										
	Arròs caldos (sofregit ceba i tomàquet amb pollastre) Hamburguesa de vedella a la planxa Enciam i blat de moro Fruita de temporada		Espaguetis amb salsa de tomàquet amb xampinyons laminats Lluç al forn amb llit de tomàquet i patata Mesclum i pastanaga logurt		Mongeta tendra i patata Pernilets de pollastre al forn amb xampinyons Fruita de temporada & pastís		Cigrons estofats amb verdures Trita francesa amb formatge Enciam, blat de moro i olives Fruita de temporada		Crema de pastanaga Cordon blue de gall d'indi amb xips Amanida variada Fruita de temporada											
	K 821,4	H 102,4	P 31,9	L 30,6	K 759,2	H 74,2	P 39,3	L 33,7	K 806,7	H 56,9	P 38,3	L 46,6	K 739,9	H 67,6	P 32,4	L 38,1	K 794,4	H 72,6	P 8,0	L 46,7

* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIÓ DE LA DISTRIBUCIÓ



Fruita de temporada			
poma	pera	plàtan	pinya
melo	sindria	taronja	mandarina
kiwi	pressec	pruna	raïm

POT VARIAR EN FUNCIÓ DE LA LOGÍSTICA

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del parlament europeu i del consell de 25 d'octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÈRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren.

Informació nutricional del menú escolar diari

K	Energia (kcal)	P	Proteïna
H	Hidrats de carboni	L	Lípids

(segell dietista centres Eudec)



ACOMPANYARÀ AL MENÚ PA I AIGUA

CUINAT I AMANIT AMB OLI D'OLIVA

AMANIDA: DOS INGREDIENTS ENTRE...

ENCIAM O MEZCLUM, PASTANAGA, OLIVES, BLAT DE MORO, TOMÀQUET, COGOMBRE, PIPES O SOJA

PRODUCTES DE PROXIMITAT



PRODUCTES SENSE OLI DE PALMA



CELEBREM ELS ANIVERSARIS DEL MES