

# MENÚ SETMANAL

FEBRER  
No vedella

 Pàlcam escola

Yummy!

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Setmana  
1- 2



Tots els dies del mes es troben entre aquets paràmetres nutricionals:

Kcal: 450Kcal – 600Kcal  
HC: 40% - 64%  
Prot: 15%-20%  
Lip: 22%- 35%



Arròs tres delícies  
Medalló de lluç amb enciam i tomàquet  
Làctic (3,4,7,9,12)

Mongeta verda amb patata  
Trita francesa amb guarnició de pernil dolç i enciam  
Fruita (1,3,12)

Setmana  
5 - 9

Cigrons saltejats amb pernil  
Lluç arrebossat amb enciam i pastanaga  
Fruita (1,4,12,15)

Bròquil amb patata gratinat  
Llom de porc amb enciam i tomàquet  
Fruita (4,7,12,15)

Paella amb pollastre  
Bacallà amb samfaina  
Fruita (12,15)

Sopa de fideus  
Trita de patata amb enciam i pastanaga  
Làctic (1,3,7,12)

Mongeta amb patata  
Medalló de lluç amb cogombre i tomàquet  
Fruita (3,4,12)

Setmana  
12 - 16

Arròs amb tomàquet  
Medalló de lluç amb pèsols  
Fruita (4,9,12)

Llenties estofades  
Escalopa de pollastre arrebossada amb enciam i tomàquet  
Fruita (1,9,12,15)

Mongeta verda amb patata  
Trita francesa amb amanida amb sardines  
Fruita (3,4,12)

Tirabuixons amb oli, orenga i formatge  
Llom de porc amb muntanyeta d'arròs  
Làctic (1,7,12,15)

Ensaladilla: mongeta, pastanaga i patata  
Bacallà amb cogombre i tomàquet  
Fruita (3,4,12)

Setmana  
19 - 23

Mongeta blanca estofada  
Bacallà amb samfaina  
Fruita (4)

Sopa d'arròs  
Pernilet de pollastre al forn amb enciam i tomàquet  
Fruita (12,15)

Mongeta verda amb patata  
Llom de porc amb cogombre i pastanaga  
Fruita (12,15)

Macarrons napolitana  
Calamars romana  
Làctic (1,4,7,9)

Xampinyons saltejats amb pèsols  
Trita francesa amb guarnició de pernil dolç i enciam  
Fruita (1,3,12)

Setmana  
26 - 28

Arròs amb verdures  
Croquetes de bacallà amb pastanaga crua  
Fruita (1,4,7,6,3,9,12)

Mongeta verda amb pastanaga i patata  
Llom de porc a la jardinera  
Fruita (12,15)

Cigrons estofats  
Medalló de lluç amb enciam i tomàquet  
Fruita (4,12,15)



## AL·LÈRGENS

(1)Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats (2) Crustacis i productes a base de crustacis (3) Ous i productes a base d'ou (4) Peix i productes a base de peix (5) Cacauets i productes a base de cacauets (6) Soja i productes a base de soja (7) Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa) (8) Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous del Brasil, festucs, macadàmies i productes derivats (9) Api i productes derivats (10) Mostassa i productes derivats (11) Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam (12) Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg o 10 mg/l expressat com a SO2 (13) Tramussos i productes a base de tramussos (14) Mol·luscs i productes a base de mol·luscs (15) Carn i derivats càrnics.

