

MENÚ

NOVEMBRE

No peix

Yummy!

SETMANAL

Aquests menús s'adaptaran a les possibles intoleràncies i/o al·lèrgies substituint els aliments i/o procés d'elaboració, previ certificat mèdic.
Tota la verdura és de proximitat i de temporada.

DILLUNS

DIMARTS

DIMEGRES

DIJOUS

DIVENDRES

Setmana
1 - 2



Tots els dies del mes es troben entre aquests paràmetres nutricionals:
Kcal: 450Kcal – 600Kcal
HC: 40% - 64%
Prot: 15%-20%
Lip: 22%- 35%

TOTS
SANTS



Setmana
5 - 9

Arròs amb xampinyons
Pollastre planxa amb enciam i pastanaga
Fruita de temporada (15)

Bròquil amb patata
Hamburguesa de vedella amb ceba caramel·litzada
Fruita de temporada (12,15)

Mongetes estofades
Pollastre rostit amb enciam i olives
Fruita de temporada (15)

Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge gratinat
Gall d'indi amb enciam
Làctic (1,3,7,15)

Sopa d'arròs i carbassa
Truita de carbassó i ceba amb pastanaga i blat de moro
Fruita de temporada (3)

Setmana
12 - 16

Espirals al pesto
Gall d'indi amb enciam i tomàquet amanit
Fruita de temporada (1,7,8,15)

Mongeta verda amb patata
Escalopa de pollastre amb tomàquet al forn
Fruita de temporada (1,3,15)

Arròs amb ceba
Vedella estofada
Fruita de temporada (15)

Arròs tres delícies: pèsol, blat de moro i pernil dolç
Gall d'indi amb salsa de tomàquet
Làctic (4,7)

Pasta amb oli i orenga
Truita francesa amb pernil dolç amb enciam i olives
Fruita de temporada (3,15)

Setmana
19 - 23

Arròs amb tomàquet
Gall d'indi planxa amb pastanaga i blat de moro
Fruita de temporada (1,15)

Caldo de brou amb lletres
Pernilets de pollastre al forn amb pisto
Fruita de temporada (1,15)

Ensaladilla
Mandonguilles amb muntanyeta d'arròs
Fruita de temporada (12,15)

Llenties amb pastanaga
Llom de porc adobat
Làctic (7,15)

Macarrons amb verdures de temporada
Pollastre planxa amb samfaina
Fruita de temporada (1,15)

Setmana
26 - 30

Mongeta verda amb patata
Pollastre planxa amb enciam i olives
Fruita de temporada (15)

Arròs amb carxofes
Truita de patata amb pastanaga crua
Fruita de temporada (3)

Pasta amb oli i orenga
Pollastre rostit amb tomàquet confitat
Fruita de temporada (1,15)

Arròs amb ceba
Gall d'indi planxa amb tomàquet amanit
Làctic (7,15)

Pasta amb oli i orenga
Salsitxes amb patates fregides i salsa de tomàquet
Fruita de temporada (1,7,15)

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, paçanes, 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.

