


MENÚ SETMANAL

JUNY

Sense ou / Sense PLV

Yummy!

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 carn que es serveix té certificació de garantia HALAL.

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Setmana 3 - 7	Arròs amb verdures de temporada Lluç amb pisto Fruita de temporada (4)	Espinacs amb patata Llom amb salsa de poma Fruita de temporada (15)	Cigrons estofats Gall d'indi amb tomàquet amanit Fruita de temporada (15)	Fideuà Bacallà arrebossat amb guarnició d'enciam i olives Làctic (1,4,7,14)	Amanida de patata: olives, blat de moro, tonyina i tomàquet Pernillets de pollastre al forn Fruita de temporada (4,15)
Setmana 10 - 14		Espaguetis amb formatge Bacallà amb guarnició d'enciam i pastanaga Fruita de temporada (1,4,7)	Paella de pollastre i verdures Gall d'indi amb guarnició d'enciam Fruita de temporada (15)	Empedrat de mongeta: olives, blat de moro, pastanaga i tomàquet Cuets de rap a la marinera Làctic (4,7,14)	Arròs amb verdures Hamburguesa de conill amb formatge Fruita de temporada (7,12,15)
Setmana 17 - 21	Arròs tres delícies (no ou) Lluç arrebossat amb salsa verda Fruita de temporada (1,4,6,15)	Mongeta verda amb patata Gall d'indi estofat Fruita de temporada (12,15)	Llenties estofades Bacallà arrebossat amb guarnició d'enciam i olives Fruita de temporada (1,4,15)	Amanida d'arròs: olives, blat de moro, tonyina Gall d'indi a amb salsa de tomàquet Làctic (4,7,15)	Macarrons a la napolitana Pollastre rostit amb xampinyons Fruita de temporada (1,15)

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



BON ESTIU!

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.

