

MENÚ

SETEMBRE

* Sense ou / Sense PLV *

Yummy!

SETMANAL

DILLUNS

DIMARTS

DIMEGRES

DIJOUS

DIVENDRES

Setmana
9 – 13



DIADA DE
CATALUNYA

Espaguetis napolitana
Pernilets de pollastre al forn
amb xampinyons
Fruita de temporada (1,15)

Mongeta tendre amb
patates
Llenties estofades
Fruita de temporada

Setmana
16 – 20

Arròs amb samfaina
Bacallà amb enciam i olives
Fruita de temporada (4)

Amanida de cigrons: olives,
blat de moro, pastanaga i
tomàquet
Gall d'indi enciam
Fruita de temporada (4,15)

Patates estofades amb
verdures
Pollastre planxa
Fruita de temporada (15)

Espirals amb tomàquet
Lluç arrebossat amb
tomàquet al forn
Fruita de temporada(1,4)

Paella marinera
Llom adobat amb enciam i
pastanaga
Fruita de temporada
(4,14,15)

Setmana
23 – 27

Amanida de pasta: olives,
blat de moro, pastanaga i
tomàquet
Bacallà al forn amb pèsols
Fruita de temporada (1,4)

LA MERCÈ

Mongeta tendre amb patata
Pollastre al curri
Fruita de temporada (15)

Llenties estofades
Gall d'indi enciam
Fruita de temporada (15)

Arròs a la cassola
Pollastre amb tomàquet
amanit
Fruita de temporada (15)

Setmana
30

Espirals amb verdures de
temporada
Rap a la marinera
Fruita de temporada (1,4)



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

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

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.

