

MENÚ

NOVEMBRE No lactosa

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. Tota la carn que es serveix te certificació de garantia HALAL.

DILLUNS

DIMARTS

DIMEGRES

DIJOUS

DIVENDRES

Setmana
1

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

Kcal: 450Kcal – 600Kcal

HC: 40g - 64g

Prot: 15g-20g

Lip: 22g- 35g



TOTS SANTS

Setmana
4 – 8



Brou vegetal amb pasta petita
Bacallà
Fruita de temporada (1,4)

Mongetes estofades
Trita francesa amb enciam,
tomàquet i pernil dolç
Fruita de temporada (3,12,15)

Arròs tres delícies
Llom amb salsa de poma
Fruita de temporada (7,12,15)

Espirals napolitana
Pollastre al forn amb xampinyons
Fruita de temporada (1,15)

Setmana
11 – 15

Arròs amb tomàquet i verdures
Rap a la marinera
Fruita de temporada (1,4)

Mongeta tendre amb patates
Hamburguesa de vedella amb ceba caramel·litzada
Fruita de temporada (6,12,15)

Brou d'au amb pasta petita
Luç arrebossat amb enciam i pastanaga
Fruita de temporada (1,3,4,15)

Cigrons especiats
Trita de patata i carbassó amb enciam
Fruita de temporada (3)

Espirals amb verdures
Pollastre rostit
Fruita de temporada (1,15)

Setmana
18 – 22

Brou vegetal amb pasta petita
Luç amb tomàquet amanit
Fruita de temporada (1,4,7)

Llenties estofades
Pernillets de pollastre al forn amb xampinyons
Fruita de temporada (15)

Verdura tricolor amb patata
Vedella
Fruita de temporada (15)

Espaguetis napolitana
Bacallà arrebossat amb enciam i pastanaga
Fruita de temporada (1,3,4)

Paella
Trita francesa amb enciam, olives
Fruita de temporada (3,4,14,15)

Setmana
25 – 29

Macarrons napolitana
Luç arrebossat amb enciam i pastanaga
Fruita de temporada (1,3,4)

Brou de peix amb arròs
Gall d'indi estofat amb verdures
Fruita de temporada (2,4,14,15)

Bròquil amb patata
Llom amb salsa de tomàquet
Fruita de temporada (15)

Cigrons estofats
Bacallà arrebossat amb tomàquet amanit
Fruita de temporada (1,3,4,12,15)

Arròs amb sofregit de tomàquet i ceba
Pollastre amb enciam i olives
Fruita de temporada (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.

