WEEKLY MENU

DECEMBER no PLV

escola Pàlcam

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
WEEK 1	**Tots els dies del mes es troben entre aquets paràmetres nutricionals:** **Kcal: 450Kcal – 600Kcal** **HC: 40% - 64%** **Prot: 15%-20%** **Lip: 22%- 35%**				Bròquil amb patata Pernilets de pollastre al forn amb enciam i tomàquet Fruita (9,15)
WEEK 04 - 08	Llenties estofades Medalló de lluç amb enciam i pastanaga Fruita (9,12,15)	Arròs tres delícies Gall d'indi planxa amb cogombre i tomàquet Fruita (3,9,15)	***FESTIU***	***FESTIU LLIURE ELECCIÓ***	***FESTIU***
WEEK 11 - 15	Paella de pollastre Medalló de lluç amb tomàquet i cogombre Fruita (9,12,15)	Mongeta verda amb patata Salsitxes amb salsa de tomàquet i muntanyeta d'arròs Fruita (7,12,15)	Cigrons saltejats amb pernil Escalopa de pollastre arrebossada amb enciam i pastanaga Fruita (1,12,15)	Macarrons bolonyesa Bacallà al forn amb enciam i pastanaga Fruita (1,4,12,15))	Minestra de verdures amb patata Truita francesa amb enciam Fruita (1,3,9,15)
WEEK 18 - 22	Arròs amb tomàquet Bacallà amb enciam i pastanaga Fruita (4,8,9,12)	Mongeta verda i pastanaga Gall d'indi planxa amb patata Fruita (15)	Mongeta blanca estofada Medalló de lluç al forn amb cogombre i tomàquet Fruita (4,15)	Verdura tricolor: mongeta verda, pastanaga i bròquil Truita de patata amb enciam Fruita (3)	Sopa de nadal amb pasta Pollastre al forn amb enciam i tomàquet Fruita (1, 15)

ALLERGENS

(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) Anhídrid 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.