

Yummy!


MENÚ SETMANAL

MAIG - No lactosa

 Pàlcam escola

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.

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Setmana 2-4	<p>Tots els dies del mes es troben entre aquests paràmetres nutricionals: Kcal: 450Kcal – 600Kcal HC: 40% - 64% Prot: 15%-20% Lip: 22%- 35%</p> <p><i>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 té certificació de garantia HALAL..</i></p>				
Setmana 7-11	Amanida variada: enciam, remolatxa, tonyina, ou dur i blat de moro Pèsols saltejats amb pernil Fruita (3,4,15)	Brou de peix amb arròs Hamburguesa de vedella amb tomàquet i olives. Fruita (4,15)	Arròs amb ceba Bacallà arrebossat amb salsa verda Fruita (1,3,4)	Macarrons bolonyesa Truita francesa amb enciam i pastanaga Fruita (1,3,15)	Bròquil amb patata Pernillets de pollastre al forn ceba i tomàquet confitat Fruita (3,15)
Setmana 14-18	Arròs amb tomàquet Medalló de lluç arrebossat amb pastanaga i olives. Fruita (1,4)	Mongetes estofades Truita de carbassó amb enciam i blat de moro. Fruita (3)	Mongeta verda i patata Fricandó de vedella Fruita (15)	Fideuà Pollastre rostit amb enciam i cogombre Fruita (1,4,15)	Amanida de patata: enciam, tomàquet, blat de moro i patata Calamars a la romana amb olives i pastanaga Fruita (1,4)
Setmana 21-25		Cigrons estofats Pernillets de pollastre al forn amb enciam i tomàquet amanit. Fruita (15)	Sopa de carbassa amb fideus Vedella amb pastanaga i olives Fruita (1,4,15)	Arròs amb verdures de temporada Medalló de lluç arrebossat amb samfaina Fruita (1,4)	Espinacs catalana Truita de patata amb enciam i tomàquet amanit Fruita (3,5,8)
Setmana 28-31	Amanida: enciam, pastanaga, blat de moro, olives Llentilles amb arròs Fruita (1,15)	Mongeta verda amb patata Bacallà amb tomàquet amanit i olives. Fruita (4)	Espaguetis amb verdures de temporada Truita francesa amb enciam i blat de moro. Fruita (1,3)	Arròs tres delícies Escalopa de pollastre amb enciam i pastanaga Fruita (1,3,15)	