

MENÚ FEBRER No fruits secs



SETMANAL

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 verdura és de proximitat i de temporada. Tota la carn que es serveix té certificació de garantia HALAL.

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'ous (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, macadamies, 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	DIMEGRES	DIJOUS	DIVENDRES
Setmana 1			Tots els dies del mes es troben entre aquests paràmetres nutricionals: Kcal: 450Kcal – 600Kcal HC: 40% - 64% Prot: 15%-20% Lip: 22%- 35%		
Setmana 03 – 07	Arròs tres delícies Rap arrebossat amb tomàquet amanit Fruita de temporada (1,3,4,15)	Patates estofades amb verdures Hamburguesa de vedella amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada (6,12,15)	Macarrons bolonyesa Bacallà al forn amb ceba Fruita de temporada (1,3,4,6,7,15)	Brou vegetal amb pasta petita Pollastre rostit Làctic (1,7,15)	Lenties a la riojana Truita a la francesa amb enciam i formatge Fruita de temporada (3,7,12,15)
Setmana 10 – 14	Espaguetis amb formatge Bacallà amb tomàquet amanit Fruita de temporada (1,4,7)	Cigrons estofats Truita francesa amb enciam i pernil dolç Fruita de temporada (3,15)	Mongeta tendre amb patata Botifarra a la planxa Fruita de temporada (3,6,7,12,15)	Paella de pollastre i verdures Gall d'indi estofat amb pastanaga Làctic (7,15)	Brou d'au amb fideus Lluc al forn amb pistó Fruita de temporada (1,4,15)
Setmana 17 – 21	Arròs amb sofregit de tomàquet i ceba Rap arrebossat amb enciam i olives Fruita de temporada (1,3,4)	Bròquil amb patata i formatge gratinat Vedella Fruita de temporada (3,7,15)	Brou de peix amb pasta Pollastre Fruita de temporada (1,4,15)	Mongetes estofades Truita de patata amb tomàquet amanit Làctic (3,7)	Espirals amb xampinyons Sípia estofada amb patata Fruita de temporada (1,4,14)
Setmana 24 – 28		Macarrons amb tonyina gratinats Bacallà arrebossat amb enciam i pastanaga Fruita de temporada (1,3,4,7)	Lenties estofades Pernillets de pollastre al forn amb enciam i sardinetes amb oli d'oliva Fruita de temporada (15)	Verdura tricolor amb patata Vedella Làctic (7,15)	Arròs a la cassola Truita a la francesa amb tomàquet amanit Fruita de temporada (3)

