


# MENÚ

## MARÇ HALAL

# SETMANAL

Yummy!

Sempre es fa ús d'oli d'oliva verge extra per amanir i per cuinar, excepte per fer fregits que s'utilitza oli de gira-sol alt oleic. Els làctics són sempre iogurt excepte un cop al mes que es dona postra làctic dolç per als grans.

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>Setmana 2 – 6</b>	Arròs saltejat amb alls tendres Lluç arrebossat casolà amb tomàquet amanit Fruita de temporada (1,3,4)	Mongeta tendre amb patata Pollastre HALAL a la llimona Fruita de temporada (15)	Cigrons estofats (No Porc) Trita francesa amb enciam Fruita de temporada (3,7,15)	Sopa de verdures juliana Fricandó de vedella HALAL Làctic (1,7,15)	Macarrons al pesto Bacallà al forn amb salsa verda i tomàquet amanit Fruita de temporada (1,3,4,7,8)
<b>Setmana 9 – 13</b>	Espirals amb xampinyons i salsa de tomàquet Rap a la marinera Fruita de temporada (1,4)	Amanida d'enciam, pastanaga, blat de moro, remolatxa i ou d'ur Cigrons guisats amb bacallà i espinacs Fruita de temporada (3,6,4)	Arròs amb tomàquet Perrilets de pollastre HALAL al forn amb tomàquet amanit Fruita de temporada (15)	Patates estofades amb verdures Gall d'indi HALAL amb enciam i olives Làctic (7,15)	Lenties estofades amb patata (No porc) Trita francesa amb enciam i formatge Fruita de temporada (3,7)
<b>Setmana 16 – 20</b>	Arròs amb verdures de temporada Crestes de tonyina amb enciam i pastanaga Fruita de temporada (1,3,4)	Mongetes estofades (No porc) Trita de patata i ceba amb tomàquet amanit Fruita de temporada (3,15)	Mongeta tendre amb patata saltades amb all i julivert Vedella HALAL amb enciam Fruita de temporada (15)	Fideus a la cassola amb verdures Daus de gall d'indi HALAL especiats i saltejats amb pèsols Làctic (1,7,15)	Patates estofades amb calamars Rap al forn amb pistó Fruita de temporada (4,14)
<b>Setmana 23 – 27</b>	Espaguëtis amb formatge Bacallà arrebossat casolà amb enciam i olives Fruita de temporada (1,3,4,7)	Trinxat de col i patata Pollastre rostit HALAL amb xampinyons Fruita de temporada (15)	Lenties estofades (No porc) Trita a la francesa amb enciam Fruita de temporada (3,15)	Verdura tricolor amb patata Hamburguesa de vedella HALAL amb formatge i tomàquet amanit Làctic (6,7,12,15)	Arròs amb salsa de tomàquet, coliflor i orenga Lluç arrebossat casolà amb patates fregides Fruita de temporada (1,3,4)
<b>Setmana 30 – 31</b> <b>ENGLISH WEEK</b>	Rice with nuts Chicken Curry HALAL with salad Fruit and Honey Puff Pastry (1,8,10,12,15)	Beans with tomato Homemade Fish and chips Fruit and plum cake (1,3,4,7,8,12)		<p>Totes els dies del mes es troben entre aquests paràmetres nutricionals:</p> <p>Kcal: 450Kcal – 600Kcal HC: 40% – 64% Prot: 15% – 20% Lip: 22% – 35%</p>	

## 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 SO<sub>2</sub> (13) Tramussos i productes a base de tramussos (14) Mol·luscs i productes a base de mol·luscs (15) Carn i derivats càrnics.

