

MENÚ SETMANAL

DESEMBRE
Sense lactosa

Pàlcam escola

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.

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Setmana 1 – 4		Mongetes blanques estofades Trita de carbassó i ceba amb guarnició d'enciam i olives Fruita de temporada (3,4,15)	Trinxat de la Cerdanya Vedella amb guarnició de moniato fregit Fruita de temporada (7,12,15)	Fideus a la cassola amb verdures Pollastre rostit amb xampinyons Fruita de temporada (1,15)	Mongeta tendre amb patata saltejada amb all Rap a la planxa amb guarnició d'enciam Fruita de temporada (4)
Setmana 7 – 11			Macarrons integrals amb tonyina Lluç arrebossat amb samfaina Fruita de temporada (1,3,4)	Verdura tricolor amb patata Llom adobat amb guarnició d'enciam Fruita de temporada (15)	Cigrons especiats Trita de patata amb guarnició de tomàquet amanit Fruita de temporada (3)
Setmana 14 – 18	Brou vegetal amb fideus Rap a la marinera amb patates panaderes Fruita de temporada (1,4,9)	Llenties estofades Trita francesa amb guarnició d'enciam Fruita de temporada (3,12,15)	Patates estofades amb verdures Hamburguesa de vedella amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada (6,12,15)	Arròs integral tres delícies Daus de gall dindi especiats saltejats amb xampinyons Fruita de temporada (12,15)	Espaguetis amb oli i orenga Pollastre al forn amb guarnició de tomàquet amanit Fruita de temporada (1,15)
Setmana 21 – 25	Sopa de Nadal amb galets Pollastre rostit Fruita de temporada (1,9,15)				
Setmana 28 – 31	Tots els dies del mes es troben entre aquests paràmetres nutricionals: Kcal: 450Kcal – 600Kcal HC: 40g - 64g Prot: 15g-20g Lip: 22g- 35g 				

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) Anhidridr 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.