

MENÚ ELABORAT PEL DEPARTAMENT DE NUTRICIÓ DE aramark

MES: Març 2019

COL·LEGI: PIA BALAGUER

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	I. Nutricional
				1 Mongeta tendra amb patates Bacallà al forn amb patates panadera Fruita i pa	Kcl: 678 HC: 81 Prot: 44 Lip: 22
4 LLIURE DISPOSICIÓ	5 Pèsols saltats amb patates Salsitxes fresques al forn amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) logurt i pa	6 Paella mixta Lluç a la romana amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa	7 Sopa de peix amb pasta Pollastre a la poma Fruita i pa	8 Espaguetis amb tomàquet Trita de tonyina amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita i pa	Kcl: 742 HC: 83 Prot: 33 Lip: 32
11 Arròs milanesa San Marino (lluç, pernil dolç i formatge) amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita i pa	12 Mongeta tendra amb patates Hamburguesa de vedella amb tomàquet al forn logurt i pa	13 Crema de verdures Pollastre rostit al romaní amb ceba i xampinyons Fruita i pa	14 Llenties estofades Trita francesa amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa	15 Macarrons amb tomàquet Rap amb salsa verda Fruita i pa	Kcl: 652 HC: 83 Prot: 29 Lip: 24
18 Mongeta verda amb patates Llom arrebossat amb samfaina Fruita i pa	19 Sopa casolana Estofat de gall d'indi amb verdures (patata, tomàquet, pastanaga, pèsols) logurt i pa	20 Arròs amb magre i xampinyons Croquetes de pernil amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) Fruita i pa	21 Cigrons amb verdures Trita de patates amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita i pa	22 Espirals saltats amb verdures Ventresca de lluç a la basca Fruita i pa	Kcl: 731 HC: 88 Prot: 35 Lip: 28
25 Minestra de verdures saltadas Mandonguilles amb salsa de xampinyons Fruita i pa	26 Llenties estofades Trita de formatge amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) logurt i pa	27 Patates a la riojana Lluç a la planxa amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) Fruita i pa	28 Sopa de peix amb pasta Estofat de porc Fruita i pa	29 Paella de verdures Filet de perca a l'andalusa amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa	Kcl: 637 HC: 70 Prot: 28 Lip: 25