


MENÚ ELABORAT PEL DEPARTAMENT DE NUTRICIÓ DE aramark

MES: Juny 2021

COL·LEGI: SAGRADA FAMILIA

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge	Valoració
	1 Amanida russa Mandonguilles amb salsa de xampinyons Gelat i pa integral (*) 1º Verdura 2º Peix amb Verdura i Fruita	2 Macarrons (eco.) a la napolitana Truita de carbassó amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa (*) 1º Verdura 2º Carn amb Arròs i Lactis	3 Arròs amb pollastre i cúrcuma Pollastre al chilindrón amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa integral (*) 1º Verdura 2º Peix amb Patates i Fruita	4 Crema de verdures Lluç al forn amb patates fregides Fruita i pa (*) 1º Llegums 2º Ous amb Verdura i Lactis	5 1º Arròs 2º Peix amb Verdura i Lactis 1º Verdura 2º Carn amb Pasta i Fruita	6 1º Verdura 2º Ous amb Pasta i Lactis 1º Pasta 2º Peix amb Verdura i Fruita	VE: 3109/744 GT: 25 GS: 6 HC: 102 AZ: 27 PROT: 35 SAL: 2
7 Vichyssoise Llom rostit amb salsa amb patates daus Fruita i pa (*) 1º Patates 2º Peix amb Verdura i Lactis	8 Amanida d'arròs Croquetes amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) logurt ecològic (eco.) i pa integral (*) 1º Verdura 2º Peix amb Pasta i Fruita	9 Llenties estofades (carbassó, pebrot, tomàquet, patata) Contracuixa de pollastre a la llimona amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa (*) 1º Verdura 2º Ous amb Patates i Lactis	10 Espirals (eco.) amb salsa genovesa Ventresca de lluç amb refregit d'all i balsàmic amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa integral (*) 1º Verdura 2º Carn amb Llegums i Fruita	11 Trinxat de bròquil amb formatge Truita de tonyina amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita i pa (*) 1º Arròs 2º Carn amb Patates i Lactis	12 1º Verdura 2º Peix amb Pasta i Lactis 1º Pasta 2º Ous amb Verdura i Fruita	13 1º Verdura 2º Carn amb Arròs i Lactis 1º Llegums 2º Peix amb Verdura i Fruita	VE: 3073/735 GT: 24 GS: 5 HC: 101 AZ: 26 PROT: 35 SAL: 2
14 Espaguetti (eco.) amb salsa amatriciana Lluç a la romana amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa (*) 1º Verdura 2º Carn amb Patates i Lactis	15 Pèsols saltats amb patates i ceba Canelons de carn Gelat i pa integral (*) 1º Verdura 2º Carn amb Verdura i Fruita	16 Sopa d'aviram amb fideus Salsitxes fresques al forn amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita (eco.) i pa (*) 1º Verdura 2º Peix amb Patates i Lactis	17 Empedrat Pollastre a la poma amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita i pa integral (*) 1º Verdura 2º Ous amb Patates i Fruita	18 Paella de peix Truita de patates amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita i pa (*) 1º Verdura 2º Peix amb Llegums i Lactis	19 1º Verdura 2º Peix amb Pasta i Lactis 1º Patates 2º Carn amb Verdura i Fruita	20 1º Verdura 2º Ous amb Arròs i Lactis 1º Arròs 2º Peix amb Verdura i Fruita	VE: 3583/857 GT: 32 GS: 6 HC: 110 AZ: 28 PROT: 38 SAL: 3
21 Amanida de pasta Hamburguesa de vedella amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa (*) 1º Verdura 2º Peix amb Patates i Fruita	22 REFRECS Arròs napolitana Nuggets de pollastre amb patates xips Gelat i pa integral (*) 1º Verdura 2º Peix amb Verdura i Fruita	23 1º Llegums 2º Carn amb Verdura i Fruita (*) 1º Verdura 2º Ous amb Pasta i Lactis	24 1º Verdura 2º Peix amb Pasta i Lactis (*) 1º Arròs 2º Carn amb Verdura i Fruita	25 1º Patates 2º Carn amb Verdura i Lactis (*) 1º Verdura 2º Peix amb Llegums i Fruita	26 1º Verdura 2º Ous amb Patates i Lactis 1º Pasta 2º Carn amb Verdura i Fruita	27 1º Verdura 2º Peix amb Arròs i Lactis 1º Llegums 2º Ous amb Verdura i Fruita	VE: 4552/1089 GT: 52 GS: 12 HC: 129 AZ: 27 PROT: 39 SAL: 3
28 1º Arròs 2º Peix amb Verdura i Fruita (*) 1º Verdura 2º Carn amb Patates i Fruita	29 1º Llegums 2º Carn amb Verdura i Fruita (*) 1º Verdura 2º Ous amb Arròs i Fruita	30 1º Pasta 2º Peix amb Verdura i Lactis (*) 1º Verdura 2º Carn amb Patates i Fruita					VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0

(*) Recomanació sopar (**) Recomanació dinar // A partir de 18 mesos

VISITA LA NOSTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES