

MENÚ ELABORAT PEL DEPARTAMENT DE NUTRICIÓ DE 

MES: Setembre 2019

COL·LEGI: COR DE MARIA BLANES

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Valoració
2	3	4	5	6	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
9	10	11	12 Espaguetis bolonyesa Delícies de lluç amb amanida de tomàquet Fruita i pa	13 Ensalada russa Pollastre rostit al romaní amb amanida de enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa	VE: 2464/590 GT: 17 GS: 3 HC: 83 AZ: 21 PROT: 31 SAL: 1
16 Amanida de lleties Truita de patates amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) logurt natural i pa	17 Arròs saltat amb xampinyons Llom rostit amb fines herbes amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) Fruita i pa	18 Espirals amb tomàquet Filet de lluç amb patates panadera Fruita i pa	19 Crema de carbassó Pit de pollastre arrebossat amb amanida amb enciam i quinoa Fruita i pa	20 Amanida de pasta Rap amb salsa verda amb enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa	VE: 3433/821 GT: 22 GS: 3 HC: 91 AZ: 18 PROT: 36 SAL: 2
23 Ensalada russa Mandonguilles amb salsa de xampinyons logurt i pa	24 Amanida campera Filet de lluç a la planxa amb all i julivert amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa integral	25 Cigrons amb tomàquet i ou dur Truita de formatge amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) Fruita i pa	26 Paella d'arròs integral amb verdures Caella empanada amb amanida de enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa	27 Espirals napolitana (amb pastanaga) Wok de gall dindi amb verduretes amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa	VE: 2954/707 GT: 18 GS: 4 HC: 75 AZ: 19 PROT: 31 SAL: 2
30 Pèsols saltats amb bacó Botifarra al forn amb enciam, tomàquet i pastanaga logurt i pa					VE: 2880/689 GT: 38 GS: 12 HC: 63 AZ: 15 PROT: 28 SAL: 3