



"CEE Escola LLEVANT"

ROTACIÓ MENUS 2022-2023 ESTIU

DIETA: HIPOCALORIC

		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
inici setmana		(05/09)				
1 SETMANA	Primer plat	Arròs integral amb verdures de temporada	Cigrons amb verdures(ceba, pastanaga, porro i pebrot)	Crema de Carbassa(patata, carbassa i ceba) (s/llet)	Amanida de pasta integral	Mongeta tendra i patata
	Segon plat	Truita francesa	Salmó al forn	Bistec de pollastre a la planxa	Lluç al forn	Vedella al seu suc amb pèsols
	Guarnició	Enciam, tomaquet i brots de soja	Tomàquet amanit	Amanida verda	Enciam i pastanaga	Amanida verda
	Postres	Poma	Meló	Nectarina	Làctic descremat	Plàtan
inici setmana		(12/09)				
2 SETMANA	Primer plat	Espaguetis integrals amb xampinyons	Arròs integral amb verduretes	Bròquil amb patates i ceba	Amanida de llegums	Crema de pastanaga i carbassó (s/llet)
	Segon plat	Hamburguesa vegetal	Gall de St. Pere amb llit de verdures i ceba	Gall dindi a la planxa	Truita francesa	Pernilets de pollastre al forn
	Guarnició	Enciam i tomàquet		Enciam i pipes	Enciam i olives	Enciam i tomàquet
	Postres	Pera	Pruna	Sindria	Làctic descremat	Poma
inici setmana		(19/09)				
3 SETMANA	Primer plat	Pèsols amb ceba i oli d'oliva	Purè de verdures (s/llet)	Amanida d'arròs integral	Llenties guisades amb verdures	Minestra de verdures
	Segon plat	Gall dindi a la planxa	Bistec de pollastre al forn	Truita francesa	Lluç al forn	Pollastre amb samfaina
	Guarnició	Amanida variada	Enciam i cogombre	Amanida verda	Encia i blat de moro	
	Postres	Nectarina	Plàtan	Pera	Làctic descremat	Meló
inici setmana		(26/09)				
4 SETMANA	Primer plat	Arròs integral amb oli i	Crema de patata i porro	Macarrons integrals amb	Amanida d'estiu(mongeta	Cigrons guisats amb
	Segon plat	Truita de carbassó francesa amb amanida variada	Filet de gall dindi a la	Lluç al forn	Cuixes de pollastre al forn	Cues de rap al forn
	Guarnició		Xips de patata	Enciam, olives i pastanaga	Enciam i brots de soja	Enciam, blat moro i brots de soja
	Postres	Pera	Plàtan	Sindria	Làctic descremat	Kiwi

 ACOMPANYARÀ AL MENÚ PA INTEGRAL I AIGUA

 CUINAT AMB OLI D'OLIVA O OLI DE GIRASOL ALT OLEIC



Recomanacions del Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya.
L'edat d'introducció d'aliments, pot variar en funció de cada pediatria.

D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del parlament europeu i del consell de 25 d'octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÈRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren.