

MENÚ ELABORAT PEL DEPARTAMENT DE NUTRICIÓ DE aramark

MES: Gener 2024

SANT ISIDRE MONTOLIU DE LLEIDA

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
<p>1</p> <p>VACANCES DE NADAL 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Arròs 2º Carn amb Verdura i Fruita (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta (*) 1º Verdura 2º Ous amb Pasta i Fruita</p>	<p>2</p> <p>VACANCES DE NADAL 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Llegums 2º Carn amb Verdura i Fruita (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta (*) 1º Verdura 2º Peix amb Pasta i Fruita</p>	<p>3</p> <p>VACANCES DE NADAL 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Peix amb Verdura i Lactis (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carn amb Arròs i Fruita</p>	<p>4</p> <p>VACANCES DE NADAL 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Llegums 2º Ous amb Verdura i Lactis (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carn amb Patates i Fruita</p>	<p>5</p> <p>VACANCES DE NADAL 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Verdura 2º Peix amb Patates i Lactis (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Pasta 2º Carn amb Verdura i Fruita</p>	<p>6</p> <p>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Arròs 2º Carn amb Verdura i Lactis 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta</p>	<p>7</p> <p>1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Patates 2º Ous amb Verdura i Lactis 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>
<p>8</p> <p>Salteado de acelgas con patatas Ventresca de merluza con vinagreta de cítricos con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan Bledes amb patates saltades Ventresca de lluç amb vinagreta de cítrics amb amanida d'enciam Fruita del temps i pa (*) 1º Legumbres 2º Carne con Pasta y Lácteos</p> <p>VE:2.366/566 GT:19 GS:2 HC:71 AZ:20 PROT:29 SAL:2</p>	<p>9</p> <p>Arroz a la napolitana Tortilla francesa con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan integral Arròs napolitana Truita francesa amb amanida d'enciam Fruita del temps i pa integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta</p> <p>VE:2.717/650 GT:17 GS:1 HC:105 AZ:18 PROT:26 SAL:1</p>	<p>10</p> <p>Crema de zanahoria con manzana Pollo asado al romero con patatas dado Fruta de temporada y pan Crema de pastanaga amb poma Pollastre rostit al romani amb patates daus Fruita del temps i pa (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos</p> <p>VE:3.290/787 GT:32 GS:5 HC:85 AZ:26 PROT:39 SAL:1</p>	<p>11</p> <p>Macarrones (integrales) con chorizo Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga Yogur y pan Macarrons (integrals) amb xoriço Llenguadina al forn amb amanida d'enciam logurt i pa (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta</p> <p>VE:2.943/704 GT:23 GS:7 HC:87 AZ:11 PROT:37 SAL:1</p>	<p>12</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Lomo adobado con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan Llenties estofades amb verdures Llom adobat amb amanida d'enciam Fruita del temps i pa (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p> <p>VE:2.902/694 GT:18 GS:4 HC:100 AZ:20 PROT:39 SAL:1</p>	<p>13</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos 1º Verdura 2º Peix amb Arròs i Lactis 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>14</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta 1º Verdura 2º Carn amb Llegums i Fruita 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>
<p>15</p> <p>Arroz hortelano con legumbres con verduras Revuelto de chorizo con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan Arròs hortolà amb llegums amb verdures Ous remenats amb xoriço amb amanida d'enciam Fruita del temps i pa (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta</p> <p>VE:2.888/691 GT:22 GS:4 HC:99 AZ:19 PROT:26 SAL:1</p>	<p>16</p> <p>Garbanzos estofados Lomos de jurel en salsa de tomate y albahaca con patatas fritas Fruta de temporada y pan integral Cigrons estofats Lloms de sorell amb salsa de tomàquet i alfàbrega amb patates fregides Fruita del temps i pa integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos</p> <p>VE:4.298/1.028 GT:32 GS:4 HC:142 AZ:41 PROT:45 SAL:1</p>	<p>17</p> <p>Sopa de pasta Pollo al chilindrón con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan Sopa de pasta Pollastre al chilindrón amb amanida d'enciam Fruita del temps i pa (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos</p> <p>VE:2.274/544 GT:14 GS:3 HC:97 AZ:18 PROT:40 SAL:2</p>	<p>18</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Abadejo al horno con pisto Yogur y pan integral Mongeta verda, pastanaga i patata ofegades Abadejo al forn amb samfaina logurt i pa integral (*) 1º Patatas 2º Huevos con Pasta y Fruta</p> <p>VE:2.144/513 GT:17 GS:4 HC:64 AZ:15 PROT:37 SAL:1</p>	<p>19</p> <p>Macarrones gratinados Hamburguesa mixta con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan Macarrons gratinats Hamburguesa mixta amb amanida d'enciam Fruita del temps i pa (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos</p> <p>VE:3.032/725 GT:24 GS:6 HC:90 AZ:34 PROT:36 SAL:2</p>	<p>20</p> <p>1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Llegums 2º Carn amb Verdura i Lactis 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta</p>	<p>21</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta 1º Verdura 2º Ous amb Patates i Fruita 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>
<p>22</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan Llenties estofades amb verdures Truita de tonyina amb amanida d'enciam Fruita del temps i pa (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos</p> <p>VE:2.819/674 GT:19 GS:2 HC:101 AZ:20 PROT:32 SAL:1</p>	<p>23</p> <p>Fideuá con verduras Merluza en salsa marinera con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan integral Fideuà amb verdures Lluç a la marinera amb amanida d'enciam Fruita del temps i pa integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p> <p>VE:2.633/630 GT:16 GS:2 HC:90 AZ:20 PROT:37 SAL:1</p>	<p>24</p> <p>Alubias estofadas con verduras Lomo asado a las finas hierbas con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan Mongetes blanques estofades amb verdures Llom rostit amb fines herbes amb amanida d'enciam Fruita del temps i pa (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos</p> <p>VE:3.075/736 GT:21 GS:4 HC:96 AZ:23 PROT:45 SAL:2</p>	<p>25</p> <p>Arroz (integral) con pollo al curry Albóndigas de merluza y sepia con tomate con salteado de verduras Yogur y pan Arròs (integral) amb pollastre al curri Mandonguilles de lluç i sípia amb tomàquet amb saltejat de verdures logurt i pa (*) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta</p> <p>VE:2.847/681 GT:17 GS:5 HC:95 AZ:14 PROT:37 SAL:3</p>	<p>26</p> <p>Crema de calabacín Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas Fruta de temporada y pan Crema de carbassó Pernilets de pollastre al forn amb patates rostides Fruita del temps i pa (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta</p> <p>VE:2.466/590 GT:12 GS:3 HC:76 AZ:21 PROT:41 SAL:1</p>	<p>27</p> <p>1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Pasta 2º Carn amb Verdura i Fruita 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos</p>	<p>28</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Verdura 2º Ous amb Patates i Lactis 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>
<p>29</p> <p>Pasta integral a la napolitana Delicias de bacalao con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan Pasta integral a la napolitana Delícies de bacallà amb amanida d'enciam Fruita del temps i pa (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p> <p>VE:3.561/852 GT:34 GS:3 HC:115 AZ:18 PROT:23 SAL:1</p>	<p>30</p> <p>Salteado de guisantes con patata y cebolla Jamoncitos de pollo al limón con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan integral Pèsols saltats amb patates i ceba Pernilets de pollastre a la llimona amb amanida d'enciam Fruita del temps i pa integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p> <p>VE:2.483/594 GT:15 GS:3 HC:75 AZ:24 PROT:45 SAL:1</p>	<p>31</p> <p>Crema de zanahoria con manzana Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan Crema de pastanaga amb poma Truita de patates amb amanida d'enciam Fruita del temps i pa (*) 1º Arroz 2º Carne con Pasta y Fruta</p> <p>VE:2.776/664 GT:27 GS:2 HC:91 AZ:26 PROT:15 SAL:2</p>				

(*) Recomendación sopar (**) Recomendación dinar // A partir de 18 meses