

MES: Gener 2024

SANT ISIDRE MONTOLIU DE LLEIDA

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

VACANCES DE NADAL

2

VACANCES DE NADAL

3

VACANCES DE NADAL

4

VACANCES DE NADAL

5

VACANCES DE NADAL

8

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  
Fruta del temps i pa

VE:2.366/566 GT:19 GS:2 HC:71 AZ:20 PROT:29 SAL:2

9

Arroz a la napolitana  
Tortilla francesa con ensalada de lechuga  
Fruta de temporada y pan integral  
Arròs napolitana  
Truita francesa amb amanida d'enciam  
Fruta del temps i pa integral

VE:2.717/650 GT:17 GS:1 HC:105 AZ:18 PROT:26 SAL:1

10

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  
Fruta del temps i pa

VE:3.290/787 GT:32 GS:5 HC:85 AZ:26 PROT:39 SAL:1

11

Macarrones (integrales) con chorizo  
Filete de lenguadina al horno con ensalada de lechuga  
Yogur natural y pan  
Macarrons (integrals) amb xoriço  
Llenguadina al forn amb amanida d'enciam  
logurt natural i pa

VE:2.943/704 GT:23 GS:7 HC:87 AZ:11 PROT:37 SAL:1

12

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  
Fruta del temps i pa

VE:2.902/694 GT:18 GS:4 HC:100 AZ:20 PROT:39 SAL:1

15

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  
Fruta del temps i pa

VE:2.888/691 GT:22 GS:4 HC:99 AZ:19 PROT:26 SAL:1

16

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  
Fruta del temps i pa integral

VE:4.298/1.028 GT:32 GS:4 HC:142 AZ:41 PROT:45 SAL:1

17

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  
Fruta del temps i pa

VE:2.274/544 GT:14 GS:3 HC:97 AZ:18 PROT:40 SAL:2

18

Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria  
Abadejo al horno con pisto  
Yogur natural y pan integral  
Mongeta verda, pastanaga i patata ofegades  
Abadejo al forn amb samfaina  
logurt natural i pa integral

VE:2.144/513 GT:17 GS:4 HC:64 AZ:15 PROT:37 SAL:1

19

Macarrones gratinados  
Hamburguesa mixta con ensalada de lechuga  
Fruta de temporada y pan  
Macarrons gratinats  
Hamburguesa mixta amb amanida d'enciam  
Fruta del temps i pa

VE:3.032/725 GT:24 GS:6 HC:90 AZ:34 PROT:36 SAL:2

22

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  
Fruta del temps i pa

VE:2.819/674 GT:19 GS:2 HC:101 AZ:20 PROT:32 SAL:1

23

Fideuà 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  
Fruta del temps i pa integral

VE:2.633/630 GT:16 GS:2 HC:90 AZ:20 PROT:37 SAL:1

24

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  
Fruta del temps i pa

VE:3.075/736 GT:21 GS:4 HC:96 AZ:23 PROT:45 SAL:2

25

Arroz (integral) con pollo al curry  
Albóndigas de merluza y sepia con tomate con salteado de verduras  
Yogur natural y pan  
Arròs (integral) amb pollastre al curri  
Mandonguilles de lluç i sípia amb tomàquet amb saltejat de verdures  
logurt natural i pa

VE:2.847/681 GT:17 GS:5 HC:95 AZ:14 PROT:37 SAL:4

26

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  
Fruta del temps i pa

VE:2.466/590 GT:12 GS:3 HC:76 AZ:21 PROT:41 SAL:1

29

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  
Fruta del temps i pa

VE:3.561/852 GT:34 GS:3 HC:115 AZ:18 PROT:23 SAL:1

30

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  
Fruta del temps i pa integral

VE:2.483/594 GT:15 GS:3 HC:75 AZ:24 PROT:45 SAL:1

31

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  
Fruta del temps i pa

VE:2.776/664 GT:27 GS:2 HC:91 AZ:26 PROT:15 SAL:2

SIN PUERRO