

MENÚ ELABORAT PEL DEPARTAMENT DE NUTRICIÓ DE aramark

MES: Maig 2024

SANT ISIDRE MONTOLIU DE LLEIDA

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

		1 FESTIU	2 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 VE:2.847/681 GT:17 GS:5 HC:95 AZ:14 PROT:37 SAL:3	3 Crema de calabacín Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas Fruta de temporada (eco.) y pan Crema de carbassó Pernilets de pollastre al forn amb patates rostides Fruta de temporada (eco.) i pa VE:2.580/617 GT:16 GS:3 HC:75 AZ:22 PROT:41 SAL:1
6 Pasta integral a la napolitana Filete de caballa con pisto Fruta de temporada (eco.) y pan integral Pasta integral a la napolitana Filete de verat amb samfaina Fruta de temporada (eco.) i pa integral VE:2.934/702 GT:24 GS:4 HC:93 AZ:20 PROT:35 SAL:1	7 Salteado de guisantes con patata y cebolla Jamoncitos de pollo al limón con ensalada Fruta de temporada y pan Pèsols saltats amb patates i ceba Pernilets de pollastre a la llimona amb amanida Fruta del temps i pa VE:2.349/562 GT:8 GS:2 HC:78 AZ:24 PROT:44 SAL:1	8 Crema de zanahoria con manzana Tortilla de patatas con ensalada Fruta de temporada y pan Crema de pastanaga amb poma Truita de patates amb amanida Fruta del temps i pa VE:2.654/635 GT:20 GS:4 HC:89 AZ:28 PROT:23 SAL:1	9 Lentejas estofadas con verduras Delicias de bacalao con ensalada Yogur (eco.) y pan Llenties estofades amb verdures Delícies de bacallà amb amanida logurt ecològic (eco.) i pa VE:3.830/916 GT:33 GS:5 HC:118 AZ:19 PROT:32 SAL:1	10 Arroz con verduras Estofado de pavo Fruta de temporada (eco.) y pan integral Arròs amb verdures Estofat de gall d'indi Fruta de temporada (eco.) i pa integral VE:2.794/668 GT:12 GS:3 HC:112 AZ:21 PROT:34 SAL:1
13 Arroz hortelano con legumbres con verduras Filete de lenguadina al horno con ensalada Fruta de temporada (eco.) y pan Arròs hortolà amb llegums amb verdures Llenguadina al forn amb amanida Fruta de temporada (eco.) i pa VE:2.809/672 GT:12 GS:2 HC:111 AZ:19 PROT:32 SAL:1	14 Crema de champiñones Albóndigas con tomate con patatas dado Fruta de temporada y pan integral Crema de xampinyons Mandonguilles amb tomàquet amb patates daus Fruta del temps i pa integral VE:3.720/890 GT:46 GS:11 HC:83 AZ:20 PROT:41 SAL:1	15 Menestra de verduras salteadas Revuelto de jamón york con ensalada Fruta de temporada y pan Minestra de verdures saltades Ous remenats amb pernil amb amanida Fruta del temps i pa VE:2.125/508 GT:17 GS:4 HC:65 AZ:19 PROT:23 SAL:1	16 Alubias pintas estofadas con verduras Abadejo a la donostiarra con ensalada Yogur y pan integral Mongetes vermelles estofades amb verdures Abadejo a la donostiarra amb amanida logurt i pa integral VE:3.173/759 GT:32 GS:5 HC:83 AZ:13 PROT:51 SAL:1	17 Pasta con salsa de tomate Pollo a la barbacoa con pisto Fruta de temporada (eco.) y pan Pasta amb tomàquet Pollastre rostit amb salsa barbacoa amb samfaina Fruta de temporada (eco.) i pa VE:3.369/806 GT:52 GS:3 HC:105 AZ:22 PROT:26 SAL:2
20 Arroz integral con salsa napolitana (tomate, calabacín y albahaca) Tortilla de calabacín con ensalada Fruta de temporada (eco.) y pan integral Arròs integral amb salsa napolitana (tomàquet, carbassó i alfàbrega) Truita de carbassó amb amanida Fruta de temporada (eco.) i pa integral VE:2.832/677 GT:16 GS:2 HC:118 AZ:19 PROT:19 SAL:3	21 Garbanzos estofados Salmón al horno con ensalada Fruta de temporada y pan Cigrons estofats Salmó al forn amb amanida Fruta del temps i pa VE:2.965/709 GT:13 GS:1 HC:107 AZ:20 PROT:42 SAL:1	22 Salteado de judías verdes con patatas Pollo asado con salteado de verduras Fruta de temporada y pan Mongeta tendra amb patates Pollastre rostit amb saltejat de verdures Fruta del temps i pa VE:2.412/577 GT:12 GS:3 HC:75 AZ:22 PROT:40 SAL:1	23 Lentejas estofadas con verduras Ventresca de merluza con pil-pil de tomate Yogur y pan Llenties estofades amb verdures Ventresca de lluç amb pil-pil de tomàquet logurt i pa VE:3.208/767 GT:30 GS:6 HC:87 AZ:11 PROT:40 SAL:1	24 Sopa de pasta Lomo adobado con ensalada Fruta de temporada (eco.) y pan integral Sopa de pasta Llom adobat amb amanida Fruta de temporada (eco.) i pa integral VE:1.986/475 GT:11 GS:3 HC:69 AZ:21 PROT:31 SAL:1
27 Puré de patata, puerro y zanahorias Pollo asado con tomillo con ensalada Fruta de temporada (eco.) y pan Puré de patata, porro i pastanagues Pollastre rostit amb farigola amb amanida Fruta de temporada (eco.) i pa VE:2.249/538 GT:16 GS:3 HC:62 AZ:21 PROT:39 SAL:1	28 Paella de verduras Abadejo a la bilbaína Fruta de temporada y pan integral Paella de verdures Abadejo a la bilbaína Fruta del temps i pa integral VE:2.789/667 GT:16 GS:1 HC:103 AZ:19 PROT:38 SAL:1	29 Salteado de menestra de verduras al ajo tostado Hamburguesa mixta con arroz salteado Fruta de temporada y pan Saltejat de minestra de verdures a l'all torrat Hamburguesa mixta amb arròs saltat Fruta del temps i pa VE:2.433/582 GT:14 GS:4 HC:97 AZ:18 PROT:29 SAL:2	30 Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada Yogur (eco.) y pan integral Mongetes blanques estofades amb verdures Truita francesa amb amanida logurt ecològic (eco.) i pa integral VE:2.912/697 GT:22 GS:5 HC:87 AZ:22 PROT:41 SAL:1	31 Pasta con salsa de tomate Rabas de calamar con ensalada Fruta de temporada (eco.) y pan Pasta amb tomàquet Rabas de calamar amb amanida Fruta de temporada (eco.) i pa VE:2.930/701 GT:23 GS:2 HC:100 AZ:21 PROT:24 SAL:1

VISITA LA NOSTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES