

MES: Maig 2024

SANT ISIDRE MONTOLIU DE LLEIDA

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

NO PUERRO

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
Filet 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
Trita 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
Pavo a la plancha con ensalada
Fruta de temporada (eco.) y pan integral
Arròs amb verdures
Gall dindi a la planxa amb amanida
Fruta de temporada (eco.) i pa integral

VE:2.459/588 GT:6 GS:0 HC:110 AZ:23 PROT:30 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)
Trita 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

Crema de calabacín
Pollo asado con tomillo con ensalada
Fruta de temporada (eco.) y pan
Crema de carbassó
Pollastre rostit amb farigola amb amanida
Fruta de temporada (eco.) i pa

VE:2.404/575 GT:17 GS:3 HC:65 AZ:22 PROT:41 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
Trita 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