



SERHS
food Educa

menú

ESCOLES SABADELL OCTUBRE 2022

BASAL 23456

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

Arros muntanya

(porc, pollastre, vedella, ceba i porro)

Filet d'abadejo al forn

Enciam i remolaxa

Fruita
595,9 H 62,3 P 37,6 L 23,0

Minestra verdures (pastanaga, patata i ceba)

Llenties ecològiques guisades

amb verdures (Tomàquet, ceba i pebro) i

Fruita
620,7 H 59,3 P 26,9 L 32,5

Purè de pastanaga ecològica

Truita de patata i ceba

Enciam i tomàquet

Fruita
697,0 H 83,0 P 23,5 L 33,2

Risotto (arros)

amb salsa de bolets i formatge

Rap al forn 6350040

(Oli d'oli i Julvert) i enciam i remolaxa

Fruita
629,4 H 72,5 P 38,5 L 20,1

Cigrons ecològics guisats amb carbassa i espinacs

Filet de gall d'indi al forn amb formatge (53640)

Enciam i pipes

Fruita
703,9 H 77,4 P 39,4 L 32,4

Espirals (6450410)

amb salsa carbonara (porc, ceba, soja)

Truita de patata i tonyina

Enciam i olives

Fruita
559,3 H 51,5 P 30,3 L 26,0

Verdura tricolor (pastanaga, coliflor, carofí i patata)

Lasanya de carn mixta (tomàquet, porc i vedella)

i formatge ratllat

Fruita
514,3 H 68,4 P 14,0 L 21,3

Pèsols

amb patates

Mandonguilles mixtes

amb tomàquet i ceba

Fruita
514,1 H 64,5 P 32,5 L 17,4

Macarrons

amb salsa de formatge parmesà

Hamburgueses de verdures (pastanaga, api, nab)

Enciam i blat de moro

logurt ecològic
814,2 H 70,3 P 49,4 L 36,7

Purè de verdura (mongeta tendra , pastanaga ceba)

Contracuita de pollastre al forn 6250110

Enciam i tonyina

logurt ecològic
625,4 H 81,1 P 24,1 L 22,3

Coliflor

amb patates

Salsitxes d'au a la planxa

Enciam i tomàquet

Fruita
678,9 H 59,6 P 33,0 L 37,5

Paella

amb gamba, musclos, xocos i pèsols

Truita francesa

Enciam i pipes

Fruita
850,8 H 88,8 P 36,4 L 38,8

Purè de carbassó ecològic

Fritandó de vedella

amb ceba i pastanaga

Fruita
791,5 H 94,4 P 42,0 L 25,4

Mongetes blanques guisades

amb patata (i Tomàquet , ceba i all)

Lluc al forn

amb ceba confitada 6174561

Fruita
392,0 H 53,8 P 21,0 L 12,2

Niuls d'espaguetis integrals

amb salsa de tomàquet (31051/31053) tonyina(31198)

Quart de pollastre al forn

Enciam i olives

logurt ecològic
689,4 H 60,4 P 33,5 L 36,1

Arros

amb salsa de tomàquet casolà

Mandonguilles de lluc al forn

Enciam i pipes

Fruita
660,1 H 104,6 P 20,8 L 17,6

Mongetes verdes

amb patates

Pernillets de pollastre al forn

amb poma

Fruita
674,7 H 68,6 P 30,9 L 33,9

Espirals tricolor

amb salsa pesto (oil i albahaca)

Truita d'espinacs i patata

Enciam i tonyina

Fruita
653,4 H 83,1 P 27,3 L 19,1

Purè de carbassa ecològica

amb picatostes

Estofat de gall d'indi fornejat

amb patates

Fruita
641,0 H 60,1 P 39,5 L 19,9

Llenties ecològiques guisades

amb verdures (Tomàquet, ceba i pebro)

Cap de llom a la planxa amb pastanaga

amb ceba confitada 6174561

logurt ecològic
946,8 H 72,2 P 35,4 L 54,7

Macarrons

amb salsa de formatge emmental

Pit de pollastre al forn (8250033)

Enciam i olives

Fruita
922,0 H 87,6 P 56,6 L 38,5

MENTU PROVISIONAL ACTUALITZAT

EL 29 DE JUNY 2022

POT HAVER CANVI D'ÚLTIMA HORA

QUIN A L'OCTUBRE DEL

EL BOMENI 63 MAI

Quin a l'OCTUBRE DEL

SERHS FOOD

1 DE JUNY 2022

Quin a l'OCTUBRE DEL

TOIS ELS MENUS ESTAN ACOMPANYATS

AMB AIGUA I PA ECOLÒGIC

CUINAT I AMANT AMB OLI D'OLIVA