

MENÚ MENJADOR ESCOLAR No fructosa

DI02	Dt03	Dc04	Dj05	Dv06	Mitjana diària de nutrients
Llenties amb espinacs Pollastre amb enciam Plàtan	Arròs amb xampinyons Truita de carbassó amb enciam logurt natural	Crema de coliflor Gall dindi amb enciam Plàtan	Amanida de patata amb olives i pernil Pollastre rostit amb enciam logurt natural ecològic Boians	Espaguetis al pesto Peix fresc amb enciam Gelatina neutra	E= 716,22Kcal Lípids= 21,80g Saturats= 4,01g HdC= 91,16g Sucre= 22,71g Prot= 29,77g Fibra= 13,52g
DI09	Dt10	Dc11	Dj12	Dv13	Mitjana diària de nutrients
Crema de carbassó Gall d'indi amb enciam logurt natural Ubach	Arròs amb xampinyons Calamars a la romana casolans al forn amb enciam Plàtan	Bròquil amb patata Pollastre al forn amb enciam logurt natural	Pasta amb oli i orenga Truita francesa amb enciam Gelatina neutra	Cigrons amb espinacs Fajita de pollastre amb carbassó i enciam Plàtan	E= 741,11Kcal Lípids= 31,18g Saturats= 7,02g HdC= 74,41g Sucre= 19,57g Prot= 32,45g Fibra= 11,85g
DI16	Dt17	Dc18	Dj19	Dv20	Mitjana diària de nutrients
Arròs amb carbassó Llenties amb espinacs Plàtan	Bròquil amb patata Peix amb enciam logurt natural	Mongeta blanca amb carbassó Truita de patates amb enciam Gelatina neutra	Macarrons amb oli i orenga Pollastre arrebossat amb xips logurt natural	Crema de coliflor amb crostons Llom amb enciam Plàtan	E= 695,53Kcal Lípids= 23,65g Saturats= 6,13g HdC= 76,25g Sucre=22,71g Prot=33,28g Fibra= 17,58g
DI23	Dt24	Dc25	Dj26	Dv27	Mitjana diària de nutrients

Les verdures i hortalisses del menú estan susceptibles a canvis segons la disposició del nostre pagès. La nostra prioritat sempre és treballar amb aliments frescos i de temporada.
Tots el dilluns, dimecres i divendres el menú es servirà amb pa integral. Si s'ha d'afegir vinagre a l'amanida contindrà sulfits.
El 95% del nostre **producte és de proximitat i/o ecològic** (verdures, fruita, llegums, cereals, etc.).
El 95% del nostre **peix és fresc • les carns i el pollastre són de granges de proximitat.**

DIETISTA: Tots els menús estan supervisats per la Blanca Esteve, Dietista Nutricionista d'Aleanutri, amb el número de col·legiada CAT000276



El dia 19 de juny els infants gaudiran de la VII jornada solidària amb un menú i unes activitats especials. Tresmes destinarà 1€ de cada menú a la **fundació Xana**, la qual té com a missió oferir assistència integral i acompanyament a nens/es i joves afectats per malalties oncològiques i altres dolències greus, així com a les seves famílies.