

MENÚ MENJADOR ESCOLAR Sense fructosa

dl02 Llenties amb carbassó Llom amb enciam Plàtan	dt03 Crema d'espínacs Pollastre amb xampinyons logurt natural La Fageda 	dc04 Arròs blanc amb xampinyons Truita de formatge amb enciam   Gelatina neutra	dj05 Trinxat de col i patata Peix al forn amb enciam i olives negres  logurt natural 	dv06 Brou d'au amb pasta (brou, api i col)   Cigrons amb bledes Plàtan	Mitjana diària de nutrients E= 819 Kcal Lípids= 30,08g Saturats= 5,20g HdC= 74,7g Sucres= 21,74g Prot= 31,8g Fibra= 13,3g
dl09 Bròquil amb patates Gall dindi amb enciam logurt natural Ubach 	dt10 Crema de carbassó Truita francesa amb enciam  Plàtan	dc11 Pasta amb oli i orenga  Peix amb patates  Gelatina neutra	dj12 Llenties amb espínacs Truita de patates amb enciam  logurt natural 	dv13 Arròs amb pèsols i pernil Pollastre amb enciam Plàtan	Mitjana diària de nutrients E= 836Kcal Lípids= 32,8g Saturats= 7,4g HdC= 72,3g Sucres= 20,12g Prot= 29,6g Fibra= 11,6g
dl16 Pèsols amb pernil i patates Ous remenats amb enciam i olives  Plàtan	dt17 Crema de carbassó amb crostons Gall dindi amb enciam logurt natural 	dc18 Arròs blanc amb xampinyons Cigrons amb espínacs Gelatina neutra	dj19 Festa major tresmes Pasta amb oli i orenga  Botifarra amb xips  logurt natural 	dv20 Bròquil amb patates Peix fresc amb enciam  Plàtan	Mitjana diària de nutrients E= 799 Kcal Lípids= 25,0g Saturats= 5,9g HdC= 79,6g Sucres=22,32g , Prot= 31,8g Fibra= 11,9g
dl23 Macarrons blancs amb oli i orenga  Croquetes de bacallà amb enciam      Gelatina neutra	dt24 Mongetes amb espínacs Truita francesa amb enciam  Plàtan	dc25 Crema de carbassó Gall dindi amb enciam logurt natural ecològic Boians 	dj26 Arròs amb xampinyons Llenties amb espínacs Plàtan	dv27 Bròquil amb patates Pollastre al forn amb enciam logurt natural 	Mitjana diària de nutrients E= 813Kcal Lípids= 32,5g Saturats= 4,8g HdC= 84,0g Sucres=19,89g , Prot=28,9g Fibra= 10,9g

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, làctics, 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