

MENÚ MENJADOR ESCOLAR Sense llegum

dl02 Arròs amb carbassó Llom amb cogombre amanit Peça de fruita de temporada	dt03 Crema de carbassa Pollastre a l'allet amb xampinyons logurt natural La Fageda	dc04 Arròs integral amb tomàquet Truita de formatge amb enciam i pastanaga Peça de fruita de temporada	dj05 Trinxat de la Cerdanya Peix al forn amb tomàquet i olives negres Peça de fruita de temporada	dv06 Brou d'au amb pasta Gall dindi amb samfaina Peça de fruita de temporada	Mitjana diària de nutrients E= 819 Kcal Lípid= 30,08g Saturats= 5,20g HdC= 74,7g Sucres= 21,74g Prot= 31,8g Fibra= 13,3g
dl09 Bròquil amb patates Fricandó de vedella (sense pèsols) logurt natural Ubach	dt10 Crema de carbassó Truita francesa amb enciam i blat de moro Peça de fruita de temporada	dc11 Fideus a la cassola Calamars estofats amb (sense pèsols) i patates Peça de fruita de temporada	dj12 Arròs amb carbassó Truita de patates amb bastonets de pastanaga Peça de fruita de temporada	dv13 Arròs amb pastanaga i pernil Pollastre rostit amb tomàquet amanit Peça de fruita de temporada	Mitjana diària de nutrients E= 836Kcal Lípid= 32,8g Saturats= 7,4g HdC= 72,3g Sucres= 20,12g Prot= 29,6g Fibra= 11,6g
dl16 Patates amb espinacs i pernil Ous remenats amb enciam i olives Peça de fruita de temporada	dt17 Crema de verdures (sense mongeta verda) amb crostons Gall dindi amb salsa Peça de fruita de temporada	dc18 Arròs integral amb verdures Truita francesa amb enciam Peça de fruita de temporada	dj19 Festa major tresmes Amanida de pasta Botifarra d'au amb xips Gelats	dv20 Bròquil amb patates Peix fresc amb cogombre amanit Peça de fruita de temporada	Mitjana diària de nutrients E= 799 Kcal Lípid= 25,0g Saturats= 5,9g HdC= 79,6g Sucres=22,32g , Prot= 31,8g Fibra= 11,9g
dl23 Pasta integral amb tomàquet i orenga Peix amb enciam i remolatxa Peça de fruita de temporada	dt24 Patates amb espinacs Truita de calçots amb bastonets de pastanaga Peça de fruita de temporada	dc25 Crema de pastanaga Vedella (sense pèsols) logurt natural ecològic Boisans	dj26 Arròs mariner Truita francesa amb enciam Peça de fruita de temporada	dv27 Bròquil amb patates Pollastre al forn amb tomàquet amanit Peça de fruita de temporada	Mitjana diària de nutrients E= 813Kcal Lípid= 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