



## MENÚ ESCÒLA – MARÇ A JUNH – 2023/2024

|           | 1a SETMANA                                                                                                                                         | 2aua SETMANA                                                                                                    | 3aua SETMANA                                                                                                                   | 4aua SETMANA                                                                                              |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| DELUNS    | MACARRONS DAMB TOMATA E HORMATGE<br>SAUSSISSA D'AU (poret e polòl)<br>DAMB LEITUGA E CARRÒTA<br>FRUTA VARIADA DETH TEMPS                           | ESTOFAT DE MONGETA BLANCA<br>CON CANSALADA<br>CROQUETES DE BACALHÀ DAMB LEITUGA,<br>CARRÒTA E MILHÒC.<br>IOGORT | DENTILHES ESTOFADES DAMB VERDURES<br>CROQUETES DE CAMALHON<br>DAMB LEITUGA E MILHÒC<br>FRUTA VARIADA DETH TEMPS                | BUTS DAMB VERDURES<br>E UEU DUR<br>LOM ARA PLANCHA<br>DAMB TRUHEs " PANADERA"<br>FRUTA VARIADA DETH TEMPS |
| DIMARS    | CREMA DE COJARDET E BUTS (GARBANZOS)<br>ARRÒS "TRES DELICIAS"<br>Tomata, tròssi de trueita, carròta<br>e camalhon dolç<br>FRUTA VARIADA DETH TEMPS | SOPA DE PASTA<br>TRUEITA DE TRUHEs<br>DAMB ENCIAM DE COLORS<br>FRUTA VARIADA DETH TEMPS                         | ESPAQUETIS DAMB SAUSSI<br>DE TOMATA E HORMATGE<br>HAMBURGUESA DE VEDERA<br>DAMB TAVELHA ATH VAPOR<br>FRUTA VARIADA DETH TEMPS  | FIDEUÀ DE VERDURES<br>TILAPIA EMPANADA<br>DAMB LEITUGA E TOMATA<br>IOGORT                                 |
| DIMÈRCLES | VERDURA ATH VAPOR<br>Truha, tavelha e carròta<br>MERLUÇ ARREBOSSAT<br>DAMB ENCIAM E MILHÒC<br>FRUTA VARIADA DETH TEMPS                             | ARRÒS CALDÓS DAMB VERDURES<br>LIMANDA DAMB CREMA E CITRON<br>DAMB CUSCUS<br>FRUTA VARIADA DETH TEMPS            | CREMA DE VERDURES<br>PIT ARREBOSSAT DAMB TRUHA AR HORN<br>GRATINADA<br>FRUTA VARIADA DETH TEMPS                                | SOPA DE PASTA<br>CUEISHA DE PORET<br>DAMB PISTO<br>FRUTA VARIADA DETH TEMPS                               |
| DIJAUS    | DENTILHES ESTOFADES DAMB VERDURES<br>PIT DE POLÒI EN SAUSSI<br>DAMB CUSCÚS PILAF<br>IOGORT NATURAU SENSE SUCRE O NATILHES<br>CASSOLANES            | BUTS (garbanzos) ESTOFADI<br>DAMB COJA<br>LANGOÏSSA DAMB VERDURES SAUTEJADES<br>FRUTA VARIADA DETH TEMPS        | MACARRONS ARA CARBONARA<br>FILET DE MERLUÇ ARREBOSSAT DAMB<br>LETUGA DAMB MILHÒC E OLIVES<br>FRUTA VARIADA DETH TEMPS          | CREMA DE COJARDET<br>TALH REDON DE VERDERA<br>EN SAUSSI<br>DAMB ARRÒS BLANC<br>FRUTA VARIADA DETH TEMPS   |
| DIUENDRES | ENCIAM DE PASTA<br>Tomata, milhòc e carròta<br>CUEISHA DE PORET AR HORN<br>DAMB BROCÒLI ATH VAPOR<br>FRUTA VARIADA DETH TEMPS                      | CREMA DE CARRÒTA<br>MANDONGUILHES EN SAUSSI DE TOMATA<br>E ESPIRAUS DE PASTA<br>FRUTA VARIADA DETH TEMPS        | VERDURA ATH VAPOR<br>Tavelha, bròli e carròta "baby"<br>SAUSSISSA DE PÒRC<br>DAMB CUSCÚS PILAF<br>NATILHES CASSOLANES O IOGORT | ENSALADA DAMB TOMATA,<br>HORMATGE, MILHÒC E CARRÒTA<br>CANELONS DAMB BECHAMEL<br>FRUTA VARIADA DETH TEMPS |

|  |                               |                                   |                                 |                                 |
|--|-------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|
|  | Kcal 422 Prot 16 HC 45,3 G 20 | Kcal 428 Prot 16,5 HC 44,1 G 21,1 | Kcal 426 Prot 18 HC 43,6 G 19,8 | Kcal 432 Prot 19 HC 42,9 G 20,7 |
|--|-------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|

Planificacion e Codina pera Equipa Catering d'Aran  
Valoracion Nutricionau e Assessorament per Laura Casasayas Palà. Dietista CAT 000882