

MES: Maig 2024

ESCOLA GASPAR DE PORTOLA

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

Menú No Carn

1

FESTIVO

2

Mongetes blanques estofades amb verdures
Trita de patata i carbassó al forn amb amanida
Fruita i pa

VE:2.912/697 GT:15 GS:2 HC:116 AZ:30 PROT:29 SAL:1

3

Amanida de pasta (eco.)
Delícies de bacallà amb amanida d'enciam i olives
logurt i pa

VE:4.574/1.094 GT:48 GS:10 HC:120 AZ:12 PROT:43 SAL:2

6

Llenties estofades amb verdures
Tortilla de patata al horno amb amanida d'enciam i olives
logurt i pa

VE:3.325/795 GT:28 GS:6 HC:103 AZ:12 PROT:34 SAL:1

7

Arròs integral amb salsa de tomàquet casolana
Rap al forn
Fruita i **pa integral**

VE:2.836/678 GT:8 GS:1 HC:115 AZ:24 PROT:41 SAL:2

8

Verdura tricolor (patata, pastanaga, mongeta verda)
Rotllet de primavera
Fruita i pa

VE:2.253/539 GT:13 GS:1 HC:98 AZ:48 PROT:13 SAL:1

9

Macarrons carbonara
Lluç amb salsa verda
Fruita de temporada (eco.) i pa

VE:2.928/700 GT:15 GS:1 HC:104 AZ:20 PROT:37 SAL:2

10

Crema de verdures
Croquetes de bacallà amb amanida d'enciam, tomàquet amb ceba
logurt i pa

VE:3.242/776 GT:40 GS:6 HC:77 AZ:14 PROT:22 SAL:1

13

Amanida de pasta (eco.)
Abadejo enforat a la crema (julivert, all)
logurt i pa

VE:3.232/773 GT:17 GS:7 HC:101 AZ:12 PROT:56 SAL:4

14

Brocoli al vapor amb patates
Hamburguesa de salmó al forn
Fruita i **pa integral**

VE:1.937/464 GT:9 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:20 SAL:2

15

COLONIES 3^a I 4^a
Cigrons amb verdures
Trita de patata i carbassó al forn amb amanida
logurt i pa

VE:3.162/756 GT:21 GS:5 HC:104 AZ:21 PROT:38 SAL:1

16

COLONIES 3^a I 4^a
Arròs napolitana
Rotllet de primavera amb amanida d'enciam i blat de moro
Fruita i pa

VE:3.202/766 GT:18 GS:1 HC:138 AZ:44 PROT:17 SAL:1

17

FESTA LLIURE DISPOSICIÓ

20

FESTA LOCAL

21

Llenties (eco) amb verdures
Trita de patata i carbassó al forn amb amanida d'enciam
Fruita i **pa integral**

VE:3.074/735 GT:22 GS:3 HC:119 AZ:26 PROT:21 SAL:2

22

Arròs amb verdures
Lluç amb salsa verda
Fruita i pa

VE:2.698/645 GT:5 GS:0 HC:119 AZ:26 PROT:33 SAL:1

23

Mongeta verda amb patates
Hamburguesa de salmó al forn amb amanida d'enciam i blat de moro
Fruita i pa

VE:2.155/516 GT:9 GS:1 HC:90 AZ:28 PROT:17 SAL:1

24

Macarrons carbonara
Espurnes de lluç
Fruita i pa

VE:3.710/887 GT:34 GS:4 HC:119 AZ:25 PROT:29 SAL:1

27

COLONIES 5^a I 6^a

Amanida russa
Lluç andalús amb amanida d'enciam i blat de moro
logurt i pa

VE:2.328/557 GT:19 GS:5 HC:62 AZ:13 PROT:34 SAL:2

28

COLONIES 5^a I 6^a

Cigrons amb verdures
Trita de patates amb amanida d'enciam i pastanaga
Fruita i **pa integral**

VE:3.726/891 GT:29 GS:4 HC:127 AZ:36 PROT:44 SAL:1

29

COLONIES 5^a I 6^a

Brocoli al vapor amb patates
Mandonguilles de lluç i pota en groc (pèsol i pastanaga)
Fruita i pa

VE:2.491/596 GT:22 GS:3 HC:85 AZ:28 PROT:18 SAL:1

30

COLONIES INFANTIL

Arròs tres delícies
Tortilla francesa al horno amb amanida
logurt i pa

VE:2.424/580 GT:12 GS:3 HC:87 AZ:10 PROT:27 SAL:1

31

COLONIES INFANTIL

Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet i formatge
Delícies de bacallà amb amanida d'enciam i pastanaga
Fruita i pa

VE:3.708/887 GT:35 GS:3 HC:125 AZ:25 PROT:24 SAL:1