

Menú sense carn

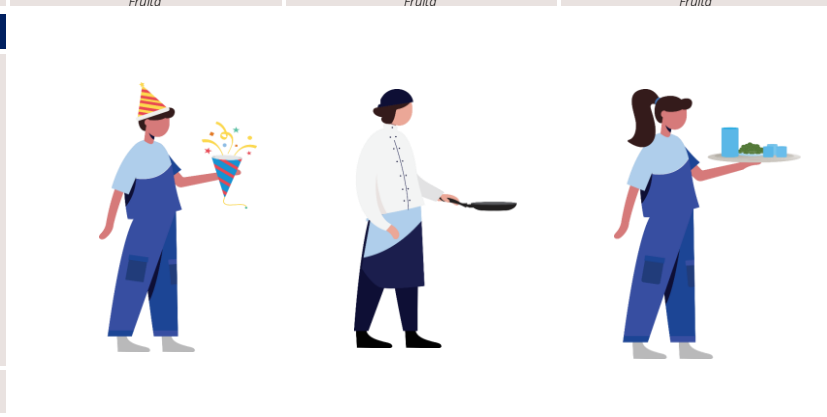


	dimarts, 1 juny	dimecres, 2 juny	dijous, 3 juny	divendres, 4 juny
	Sopa de peix amb pasta	Crema de verdures amb rostes	Arròs tres delícies casolà s/pernil	Amanida de tomàquet i formatge fresc
	Truita de patates	Mongetes blanques amb carbassa	Lluç a la romana	Macarrons amb bolonyesa vegetal de lleties
	Amanida d'enciam i cogombre	***	Amanida d'enciam i olives	***
	Pa integral	Pa	Pa integral	Pa
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g
	786,14 85,3 29,92 36,14	723,34 115,4 22,91 18,9	809,21 95,25 36,74 31,25	628,203 101,673 22,14 14,3833
	Amanida Llegum Fruita	Sopa d'arròs Peix amb amanida Fruita	Hortalisses Llegum Fruita	Crema de verdures Ou Fruita

	dilluns, 7 juny	dimarts, 8 juny	dimecres, 9 juny	dijous, 10 juny	divendres, 11 juny
	Arròs integral amb salsa de verdures	Bròcoli amb patata	Sopa de pasta amb brou vegetal	Lleties amb verdures de temporada	Crema de carbassó
	Lluç amb verdures al forn	Hamburguesa vegetal a la planxa	Truita de carbassó	Bacallà a l'andalusa	Truita de formatge
	***	Samfaina de verdures	Hummus	Amanida d'enciam i blat de moro	Amanida d'enciam i blat de moro
	Pa	Pa integral	Pa	Pa integral	Pa
	Yogurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g
	699,01 93,8 33,95 20,89	670,7 88,11 24,98 24,26	774,293 91,4333 26,45 33,64	732,97 83,26 41,64 25,93	792,57 80,03 31,24 38,61
	Hortalissa i patata Ou Fruita	Sopa de pasta Peix amb amanida Fruita	Amanida Llegum Fruita	Crema de verdures Ou Fruita	Hortalissa i patata Peix Fruita

	dilluns, 14 juny	dimarts, 15 juny	dimecres, 16 juny	dijous, 17 juny	divendres, 18 juny
	Mongeta tendra amb patata i pastanaga	Arròs amb salsa de tomàquet	Amanida de tomàquet i formatge fresc	Espaguetis a la carbonara de xampinyons	Minestra de verdura
	Truita francesa	Salmó amb verdures a la papillote	Lleties amb quinoa i verdures	Truita de formatge	Empedrat de cigrons
	***	***	***	Amanida d'enciam i blat de moro	***
	Pa integral	Pa integral	Pa	Pa integral	Pa
	Postres làcties	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g
	653,83 67,88 28,64 29,75	781,99 95,02 32,01 30,43	533,713 80,3133 19,11 15,1133	926,44 82,86 38,86 48,84	795,97 123,7 22,71 23,37
	Amanida Llegum Fruita	Hortalissa i patata Ou Fruita	Sopa d'arròs Peix amb amanida Fruita	Crema de llegum Verdura Fruita	Hortalissa i patata Peix Fruita

	dilluns, 21 juny	dimarts, 22 juny
	Macarrons amb tomàquet i formatge	MENÚ DE FI DE CURS
	Bacallà al forn amb verdures	
	Amanida d'enciam i blat de moro	
	Pa	
	Postres làcties	
	E kcal HC g PROT g LIP g	
	861,18 103,46 42,04 31,02	
	Sopa de pasta Ou amb amanida Fruita	



MENÚS ELABORATS PER: Mònica Esteve Graner
Dietista- Nutricionista. Núm. de col·legiada CAT000211
Departament de Qualitat i Medi Ambient

Pots trucar-nos al 900 811 600

Escriure'ns un c-elec a contacto@iss.es

ISS FACILITY SERVICES Catalunya
C. Lluís Muntadas, 5
08940 Cornellà de Llobregat, Barcelona
Tel. 935 903 060
Fax. 936 343 154

1 GLUTEN	2 CRUSTACIS	3 OU	4 PEIX	5 CACAUET	6 SOJA	7 LLET	8 FRUITS DE CLOSCA	9 API	10 MOSTAZA	11 SÈSAM	12 SULFIT	13 TRAMUSSOS	14 MOL·LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEOS	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTOS DE CASCARA	APIO	MOSTAZA	SÈSAM	SULFITOS	ALTRAMUCES	MOL·LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEANS	EGG	FISH	PENAUT	SOYA	MILK	NUTS	CELERY	MUSTARD	SÈSAM	SULPHITES	LUPINS	MOLLUSCS

Menú sense fruita seca



	dimarts, 1 juny	dimecres, 2 juny	dijous, 3 juny	divendres, 4 juny	
	<p>Sopa de peix amb pasta</p> <p>Truita de patates</p> <p>Amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>786,14 85,3 29,92 36,14</p> <p>Hortalissa i patata Au Fruita</p>	<p>Mongetes blanques amb carbassa</p> <p>Pollastre al forn</p> <p>Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>735,95 80,48 39,18 28,59</p> <p>Sopa d'arròs Peix amb amanida Fruita</p>	<p>Arròs tres delícies casolà</p> <p>Lluç a la romana</p> <p>Amanida d'enciam i olives</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>819,57 95,25 38,61 31,57</p> <p>Hortalisses Llegum Fruita</p>	<p>Amanida de tomàquet i formatge fresc</p> <p>Macarrons amb bolonyesa vegetal de lleties</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>628,203 101,673 22,14 14,3833</p> <p>Crema de verdures Oü Fruita</p>	
	<p>dilluns, 7 juny</p> <p>Arròs integral amb salsa de verdures</p> <p>Filet de pollastre amb formatge al forn</p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Pa</p> <p>Logurt natural</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>733,32 84,6 42,48 25</p> <p>Hortalissa i patata Oü Lacti</p>	<p>dimarts, 8 juny</p> <p>Bròcoli amb patata</p> <p>Hamburguesa vegetal a la planxa</p> <p>Samfaina de verdures</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>670,7 88,11 24,98 24,26</p> <p>Sopa de pasta Peix amb amanida Fruita</p>	<p>dimecres, 9 juny</p> <p>Sopa de pollastre amb pasta</p> <p>Truita de carbassó</p> <p>Hummus</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>807,713 91,4333 30,98 35,34</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>	<p>dijous, 10 juny</p> <p>Lleties amb verdures de temporada</p> <p>Bacallà a l'andalusa</p> <p>Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>732,97 83,26 41,64 25,93</p> <p>Crema de verdures Carn vermella Fruita</p>	<p>divendres, 11 juny</p> <p>Crema de carbassó</p> <p>Gall dindi estofat amb verdures</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>691,36 89,88 38,5 19,76</p> <p>Hortalissa i patata Au Fruita</p>
	<p>dilluns, 14 juny</p> <p>Mongeta tendra amb patata i pastanaga</p> <p>Pollastre a la italiana</p> <p>***</p> <p>Pa integral</p> <p>Postres làcties</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>763,7 73,15 43,12 33,18</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>	<p>dimarts, 15 juny</p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Salmó amb verdures a la papillote</p> <p>***</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>781,99 95,02 32,01 30,43</p> <p>Hortalissa i patata Oü Fruita</p>	<p>dimecres, 16 juny</p> <p>Amanida de tomàquet i formatge fresc</p> <p>Lleties amb quinoa i verdures</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>533,713 80,3133 19,11 15,1133</p> <p>Sopa d'arròs Peix amb amanida Fruita</p>	<p>dijous, 17 juny</p> <p>Espaguetis a la carbonara de xampinyons</p> <p>Truita de formatge</p> <p>Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>926,44 82,86 38,86 48,84</p> <p>Crema de verdures Au Fruita</p>	<p>divendres, 18 juny</p> <p>Empedrat de cigrons</p> <p>Crestes de tonyina</p> <p>Amanida d'enciam i olives</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>923,02 121,63 19,8 39,7</p> <p>Hortalissa i patata Peix Fruita</p>
	<p>dilluns, 21 juny</p> <p>Macarrons amb tomàquet i formatge</p> <p>Pollastre empanat</p> <p>Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Pa</p> <p>Postres làcties</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>939,61 97,35 55,54 36,45</p> <p>Sopa de pasta Oü amb amanida Fruita</p>	<p>dimarts, 22 juny</p> <p>MENÚ DE FI DE CURS</p>			

MENÚS ELABORATS PER: Mònica Esteve Graner
Dietista- Nutricionista. Núm. de col·legiada CAT000211
Departament de Qualitat i Medi Ambient

Pots trucar-nos al 900 811 600

Escriure'ns un e-elec a contacto@iss.es

ISS FACILITY SERVICES Catalunya
C. Lluís Muntadas, 5
08940 Cornellà de Llobregat, Barcelona
Tel. 935 903 060
Fax. 936 343 154

1 GLUTEN	2 CRUSTACIS	3 OÜ	4 PEIX	5 CACAUET	6 SOJA	7 LLET	8 FRUITS DE CLOSCA	9 API	10 MOSTASSA	11 SÈSAM	12 SULFIT	13 TRAMUSSOS	14 MOL·LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEOS	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTOS DE CASCARA	APIO	MGSTAZA	SÈSAM	SULFITOS	ALTRAMUCES	MOL·LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEANS	EGG	FISH	PENAUT	SOYA	MILK	NUTS	CELERY	MUSTARD	SÈSAM	SULPHITES	LUPINS	MOLLUSCS

Menú Basal sense gluten



	dimarts, 1 juny	dimecres, 2 juny	dijous, 3 juny	divendres, 4 juny	
	<p>Sopa de peix amb pasta s/gluten</p> <p>Peix, Api</p> <p>Ou, Sulfits</p> <p>Amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Pa s/ gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>801,88 90,22 29,52 35,88</p> <p>Hortalissa i patata Ou Fruita</p>	<p>Mongetes blanques amb carbassa</p> <p>Pollastre al forn</p> <p>Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Pa s/ gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>735,95 80,48 39,18 28,59</p> <p>Sopa d'arròs Peix amb amanida Fruita</p>	<p>Arròs tres delícies casolà</p> <p>Lluç a la romana s/gluten</p> <p>Amanida d'enciam i olives</p> <p>Pa s/ gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>802 100,27 35,61 28,72</p> <p>Hortalisses Llegum Fruita</p>	<p>Amanida de tomàquet i formatge fresc</p> <p>Macarrons s/gluten amb bolonyesa vegetal de lleties</p> <p>***</p> <p>Pa s/ gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>628,203 101,673 22,14 14,3833</p> <p>Crema de verdures Ou Fruita</p>	
	dilluns, 7 juny	dimarts, 8 juny	dimecres, 9 juny	dijous, 10 juny	divendres, 11 juny
	<p>Arròs integral amb salsa de verdures</p> <p>Filet de pollastre amb formatge al forn</p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Pa s/ gluten</p> <p>Yogurt natural</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>733,32 84,6 42,48 25</p> <p>Hortalissa i patata Ou Lacti</p>	<p>Bròcoli amb patata</p> <p>Lluç a la planxa</p> <p>Samfaina de verdures</p> <p>Pa s/ gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>662,72 80,23 37,03 21,52</p> <p>Sopa de pasta Peix amb amanida Fruita</p>	<p>Sopa de pollastre amb pasta s/gluten</p> <p>Truita de carbassó</p> <p>Hummus</p> <p>Pa s/ gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>807,713 91,4333 30,98 35,34</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>	<p>Lleties amb verdures de temporada</p> <p>Bacallà a l'andalusa s/gluten</p> <p>Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Pa s/ gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>748,71 88,18 41,24 25,67</p> <p>Crema de verdures Carn vermella Fruita</p>	<p>Crema de carbassó</p> <p>Gall dindi estofat amb verdures</p> <p>***</p> <p>Pa s/ gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>691,36 89,88 38,5 19,76</p> <p>Hortalissa i patata Ou Fruita</p>
	dilluns, 14 juny	dimarts, 15 juny	dimecres, 16 juny	dijous, 17 juny	divendres, 18 juny
	<p>Mongeta tendra amb patata i pastanaga</p> <p>Pollastre a la italiana</p> <p>***</p> <p>Pa s/ gluten</p> <p>Postres làcties</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>779,44 78,07 42,72 32,92</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>	<p>Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Salmó amb verdures a la papillote</p> <p>***</p> <p>Pa s/ gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>797,73 99,94 31,61 30,17</p> <p>Hortalissa i patata Ou Fruita</p>	<p>Amanida de tomàquet i formatge fresc</p> <p>Lleties amb quinoa i verdures</p> <p>***</p> <p>Pa s/ gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>533,713 80,3133 19,11 15,1133</p> <p>Sopa d'arròs Peix amb amanida Fruita</p>	<p>Espaguetis a la carbonara s/gluten</p> <p>Truita de formatge</p> <p>Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Pa s/ gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>937,56 93,48 34,98 47,08</p> <p>Crema de verdures Ou Fruita</p>	<p>Empedrat de cigrons</p> <p>Llom a la planxa</p> <p>Amanida d'enciam i olives</p> <p>Pa s/ gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>783,63 88,39 37,43 31,15</p> <p>Hortalissa i patata Peix Fruita</p>
	dilluns, 21 juny	dimarts, 22 juny			
<p>Macarrons a la napolitana s/gluten</p> <p>Pollastre empanat s/gluten</p> <p>Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Pa s/ gluten</p> <p>Postres làcties</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>889,02 100,27 48,77 32,54</p> <p>Sopa de pasta Ou amb amanida Fruita</p>	<p>MENÚ DE FI DE CURS</p>				

MENÚS ELABORATS PER: Mònica Esteve Graner
Dietista- Nutricionista. Núm. de col·legiada CAT000211
Departament de Qualitat i Medi Ambient

Pots trucar-nos al 900 811 600

Escriure'ns un e-elec a contacto@iss.es

ISS FACILITY SERVICES Catalunya
C. Lluís Muntadas, 5
08940 Cornellà de Llobregat, Barcelona
Tel. 935 903 060
Fax. 936 343 154

1 GLUTEN	2 CRUSTACIS CRUSTACEOS	3 OU HUEVO	4 PEIX PESCADO	5 CACAUET CACAHUETE	6 SOJA SOJA	7 LLET LECHE	8 FRUTS DE CLOSCA FRUTOS DE CÁSCARA	9 API APIO	10 MOSTASSA MOSTAZA	11 SÈSAM SÈSAMO	12 SULFITOS SULPHITES	13 TRAMUSSOS ALTRAMUCES	14 MOL·LUSCS MOLLUSCS
-------------	------------------------------	------------------	----------------------	---------------------------	-------------------	--------------------	---	------------------	---------------------------	-----------------------	-----------------------------	-------------------------------	-----------------------------

Menú sense lactosa



	dimarts, 1 juny	dimecres, 2 juny	dijous, 3 juny	divendres, 4 juny
	<p>Sopa de peix amb pasta</p> <p>Truita de patates</p> <p>Amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>786,14 85,3 29,92 36,14</p> <p>Hortalissa i patata Au Fruita</p>	<p>Mongetes blanques amb carbassa</p> <p>Pollastre al forn</p> <p>Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>735,95 80,48 39,18 28,59</p> <p>Sopa d'arròs Peix amb amanida Fruita</p>	<p>Arròs tres delícies casolà</p> <p>Lluç a la romana</p> <p>Amanida d'enciam i olives</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>819,57 95,25 38,61 31,57</p> <p>Hortalisses Llegum Fruita</p>	<p>Amanida verda (enciam, pastanaga, olives i blat de moro)</p> <p>Macarrons amb bolonyesa vegetal de lleties</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>632,45 102,77 19,21 15,67</p> <p>Crema de verdures Ou Fruita</p>
dilluns, 7 juny	dimarts, 8 juny	dimecres, 9 juny	dijous, 10 juny	divendres, 11 juny
<p>Arròs integral amb salsa de verdures</p> <p>Pit de pollastre a la planxa</p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Pa</p> <p>Iogurt natural soja</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>718,23 82,5 48,12 21,75</p> <p>Hortalissa i patata Ou Fruita</p>	<p>Bròcoli amb patata</p> <p>Hamburguesa vegetal a la planxa</p> <p>Samfaina de verdures</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>670,7 88,11 24,98 24,26</p> <p>Sopa de pasta Peix amb amanida Fruita</p>	<p>Sopa de pollastre amb pasta</p> <p>Truita de carbassó</p> <p>Hummus</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>807,713 91,4333 30,98 35,34</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>	<p>Lleties amb verdures de temporada</p> <p>Bacallà a l'andalusa</p> <p>Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>732,97 83,26 41,64 25,93</p> <p>Crema de verdures Carn vermella Fruita</p>	<p>Crema de carbassó</p> <p>Gall dindi estofat amb verdures</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>691,36 89,88 38,5 19,76</p> <p>Hortalissa i patata Au Fruita</p>
dilluns, 14 juny	dimarts, 15 juny	dimecres, 16 juny	dijous, 17 juny	divendres, 18 juny
<p>Mongeta tendra amb patata i pastanaga</p> <p>Pollastre al forn</p> <p>***</p> <p>Pa integral</p> <p>Iogurt natural soja</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>600,98 55,5 37,64 25,38</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>	<p>Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Salmó amb verdures a la papillote</p> <p>***</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>781,99 95,02 32,01 30,43</p> <p>Hortalissa i patata Ou Fruita</p>	<p>Amanida verda (enciam, pastanaga, olives i blat de moro)</p> <p>Lleties amb quinoa i verdures</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>537,96 81,41 16,18 16,4</p> <p>Sopa d'arròs Peix amb amanida Fruita</p>	<p>Macarrons a la napolitana</p> <p>Truita francesa</p> <p>Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>797,4 88,53 31,17 35,4</p> <p>Crema de verdures Au Fruita</p>	<p>Empedrat de cigrons</p> <p>Crestes de tonyina</p> <p>Amanida d'enciam i olives</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>923,02 121,63 19,8 39,7</p> <p>Hortalissa i patata Peix Fruita</p>
dilluns, 21 juny	dimarts, 22 juny	<p>MENÚ DE FI DE CURS</p>		
<p>Macarrons a la napolitana</p> <p>Pollastre empanat</p> <p>Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Pa</p> <p>Iogurt natural soja</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>858,37 84,85 54,21 33,57</p> <p>Sopa de pasta Ou amb amanida Fruita</p>				

MENÚS ELABORATS PER: Mònica Esteve Graner Dietista- Nutricionista. Núm. de col·legiada CAT000211 Departament de Qualitat i Medi Ambient

Pots trucar-nos al 900 811 600

Escriure'ns un c-elec a contacto@iss.es

ISS FACILITY SERVICES Catalunya
C. Lluís Muntadas, 5
08940 Cornellà de Llobregat, Barcelona
Tel. 935 903 060
Fax. 936 343 154

1 GLUTEN	2 CRUSTACIS	3 OÜ	4 PEIX	5 CACAUET	6 SOJA	7 LLET	8 FRUITS DE CLOSCA	9 API	10 MOSTASSA	11 SÈSAM	12 SULFIT	13 TRAMUSSOS	14 MOL·LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEOS	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTOS DE CASCARA	APIO	MOSTAZA	SÈSAM	SULFITOS	ALTRAMUCES	MOL·LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEANS	EGG	FISH	PENAUT	SOYA	MILK	NUTS	CELERY	MUSTARD	SÈSAM	SULPHITES	LUPINS	MOLLUSCS

Menú Basal sense peix



	dimarts, 1 juny	dimecres, 2 juny	dijous, 3 juny	divendres, 4 juny
	Sopa d'arròs Truita de patates Amanida d'enciam i cogombre Pa integral Fruita de temporada	Mongetes blanques amb carbassa Pollastre al forn Amanida d'enciam i blat de moro Pa Fruita de temporada	Arròs tres delícies casolà Llom a la planxa Amanida d'enciam i olives Pa integral Fruita de temporada	Amanida de tomàquet i formatge fresc Macarrons amb bolonyesa vegetal de lleties *** Pa Fruita de temporada
	E kcal 779,24 HC g 85,3 PROT g 29,32 LIP g 35,64	E kcal 735,95 HC g 80,48 PROT g 39,18 LIP g 28,59	E kcal 773,66 HC g 87,75 PROT g 38,39 LIP g 29,9	E kcal 628,203 HC g 101,673 PROT g 22,14 LIP g 14,3833
	Hortalissa i patata Au Fruita	Sopa d'arròs Ou amb amanida Fruita	Hortalisses Llegum Fruita	Crema de verdures Ou Fruita
dilluns, 7 juny	dimarts, 8 juny	dimecres, 9 juny	dijous, 10 juny	divendres, 11 juny
Arròs integral amb salsa de verdures Filet de pollastre amb formatge al forn Amanida d'enciam i pastanaga Pa Iogurt natural	Bròcoli amb patata Hamburguesa vegetal a la planxa Samfaina de verdures Pa integral Fruita de temporada	Sopa de pollastre amb pasta Truita de carbassó Hummus Pa Fruita de temporada	Minestra de verdura Lleties amb verdures de temporada *** Pa integral Fruita de temporada	Crema de carbassó Gall dindi estofat amb verdures *** Pa Fruita de temporada
E kcal 733,32 HC g 84,6 PROT g 42,48 LIP g 25	E kcal 670,7 HC g 88,11 PROT g 24,98 LIP g 24,26	E kcal 807,713 HC g 91,4333 PROT g 30,98 LIP g 35,34	E kcal 710,36 HC g 106,25 PROT g 28,14 LIP g 19,2	E kcal 691,36 HC g 89,88 PROT g 38,5 LIP g 19,76
Hortalissa i patata Ou Fruita	Sopa de pasta Au amb amanida Fruita	Amanida Llegum Fruita	Crema de verdures Carn vermella Fruita	Hortalissa i patata Au Fruita
dilluns, 14 juny	dimarts, 15 juny	dimecres, 16 juny	dijous, 17 juny	divendres, 18 juny
Mongeta tendra amb patata i pastanaga Pollastre a la italiana *** Pa integral Postres làcties	Arròs amb salsa de tomàquet Truita francesa *** Pa integral Fruita de temporada	Amanida de tomàquet i formatge fresc Lleties amb quinoa i verdures *** Pa Fruita de temporada	Espaguetis a la carbonara de xampinyons Truita de formatge Amanida d'enciam i blat de moro Pa integral Fruita de temporada	Empedrat de cigrons Llom a la planxa Amanida d'enciam i olives Pa Fruita de temporada
E kcal 763,7 HC g 73,15 PROT g 43,12 LIP g 33,18	E kcal 740,86 HC g 92,59 PROT g 27,6 LIP g 28,9	E kcal 533,713 HC g 80,3133 PROT g 19,11 LIP g 15,1133	E kcal 926,44 HC g 82,86 PROT g 38,86 LIP g 48,84	E kcal 783,63 HC g 88,39 PROT g 37,43 LIP g 31,15
Amanida Llegum Fruita	Hortalissa i patata Au Fruita	Sopa d'arròs Ou amb amanida Fruita	Crema de verdures Au Fruita	Hortalissa i patata Carn vermella Fruita
dilluns, 21 juny	dimarts, 22 juny	MENÚ DE FI DE CURS		
Macarrons amb tomàquet i formatge Pollastre empanat Amanida d'enciam i blat de moro Pa Postres làcties				
E kcal 939,61 HC g 97,35 PROT g 55,54 LIP g 36,45				
Sopa de pasta Ou amb amanida Fruita				



MENÚS ELABORATS PER:
Mònica Esteve Graner
Dietista- Nutricionista. Núm. de col·legiada
CAT000211
Departament de Qualitat i Medi Ambient



Pots trucar-nos al
900 811 600
Escriure'ns un e-elec a
contacto@iss.es

ISS FACILITY SERVICES Catalunya
C. Lluís Muntadas, 5
08940 Cornellà de Llobregat, Barcelona
Tel. 935 903 060
Fax. 936 343 154



1 GLUTEN	2 CRUSTACIS CRUSTACEOS	3 OU HUEVO EGG	4 PEIX PESCADO FISH	5 CACAUET CACAHUETE PEANUT	6 SOJA SOJA SOYA	7 LLET LECHE MILK	8 FRUITS DE CLOSCA FRUTOS DE CASCARA NUTS	9 API APIO CELERY	10 MOSTAZA MUSTARD	11 SÈSAM SÈSAMO SESAM	12 SULFITS SULFITOS SULPHITES	13 TRAMUSSOS ALTRAMUCES LUPINS	14 MOL·LUSCS MOLLUSCS
-------------	------------------------------	-------------------------	------------------------------	-------------------------------------	---------------------------	----------------------------	--	----------------------------	--------------------------	--------------------------------	--	---	-----------------------------

Menú Basal sense ou



dimarts, 1 juny	dimecres, 2 juny	dijous, 3 juny	divendres, 4 juny
Sopa de peix amb pasta	Mongetes blanques amb carbassa	Arròs tres delícies casolà s/ou	Amanida de tomàquet i formatge fresc
Llom a la planxa	Pollastre al forn	Lluç empanat s/ou	Macarrons amb bolonyesa vegetal de lleties
Amanida d'enciam i cogombre	Amanida d'enciam i blat de moro	Amanida d'enciam i olives	***
Pa integral	Pa	Pa integral	Pa
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g
606,63 64,95 34,44 23,23	735,95 80,48 39,18 28,59	775,26 92,62 33,92 29,9	628,203 101,673 22,14 14,3833
Hortalissa i patata Au Fruita	Sopa d'arròs Peix amb amanida Fruita	Hortalisses Llegum Fruita	Crema de verdures Au Fruita

dilluns, 7 juny	dimarts, 8 juny	dimecres, 9 juny	dijous, 10 juny	divendres, 11 juny
Arròs integral amb salsa de verdures	Bròcoli amb patata	Sopa de pollastre amb pasta	Lleties amb verdures de temporada	Crema de carbassó
Filet de pollastre amb formatge al forn	Hamburguesa vegetal a la planxa	Llom a la planxa	Bacallà a l'andalusa	Gall dindi estofat amb verdures
Amanida d'enciam i pastanaga	Samfaina de verdures	Hummus	Amanida d'enciam i blat de moro	***
Pa	Pa integral	Pa	Pa integral	Pa
Yogurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g
733,32 84,6 42,48 25	670,7 88,11 24,98 24,26	684,063 83,1533 37,08 22,57	732,97 83,26 41,64 25,93	691,36 89,88 38,5 19,76
Hortalissa i patata Llegum Fruita	Sopa de pasta Peix amb amanida Fruita	Amanida Llegum Fruita	Crema de verdures Carn vermella Fruita	Hortalissa i patata Au Fruita

dilluns, 14 juny	dimarts, 15 juny	dimecres, 16 juny	dijous, 17 juny	divendres, 18 juny
Mongeta tendra amb patata i pastanaga	Arròs amb salsa de tomàquet	Amanida de tomàquet i formatge fresc	Espaguetis a la carbonara de xampinyons	Empedrat de cigrons
Pollastre a la italiana	Salmó amb verdures a la papillote	Lleties amb quinoa i verdures	Lluç a la planxa	Llom a la planxa
***	***	***	Amanida d'enciam i blat de moro	Amanida d'enciam i olives
Pa integral	Pa integral	Pa	Pa integral	Pa
Postres làcties	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g
763,7 73,15 43,12 33,18	781,99 95,02 32,01 30,43	533,713 80,3133 19,11 15,1133	800,74 82,86 43,21 32,94	783,63 88,39 37,43 31,15
Amanida Llegum Fruita	Hortalissa i patata Au Fruita	Sopa d'arròs Peix amb amanida Fruita	Crema de verdures Au Fruita	Hortalissa i patata Peix Fruita

dilluns, 21 juny	dimarts, 22 juny
Macarrons amb tomàquet i formatge	MENÚ DE FI DE CURS
Pollastre empanat s/ou	
Amanida d'enciam i blat de moro	
Pa	
Postres làcties	
E kcal HC g PROT g LIP g	
938,59 97,37 54,86 36,63	
Sopa de pasta Peix amb amanida Fruita	



Pots trucar-nos al **900 811 600**
 Escriure'ns un e-elec a contacto@iss.es

ISS FACILITY SERVICES Catalunya
 C. Lluís Muntadas, 5
 08940 Cornellà de Llobregat, Barcelona
 Tel. 935 903 060
 Fax. 936 343 154

1 GLUTEN	2 CRUSTACIS	3 OU	4 PEIX	5 CACAUET	6 SOJA	7 LLET	8 FRUITS DE CLOSCA	9 API	10 MOSTAZA	11 SÈSAM	12 SULFIT	13 TRAMUSSOS	14 MOL·LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEOS	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTOS DE CASCARA	APIO	MOSTAZA	SÈSAM	SULFITOS	ALTRAMUCES	MOL·LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEANS	EGG	FISH	PENAUT	SOYA	MILK	NUTS	CELERY	MUSTARD	SÈSAM	SULPHITES	LUPINS	MOLLUSCS

Menú Basal sense porc



dimarts, 1 juny	dimecres, 2 juny	dijous, 3 juny	divendres, 4 juny
Sopa de peix amb pasta Truita de patates Amanida d'enciam i cogombre Pa integral Fruita de temporada	Mongetes blanques amb carbassa Pollastre al forn Amanida d'enciam i blat de moro Pa Fruita de temporada	Arròs tres delícies casolà Lluç a la romana Amanida d'enciam i olives Pa integral Fruita de temporada	Amanida de tomàquet i formatge fresc Macarrons amb bolonyesa vegetal de lleties *** Pa Fruita de temporada
E kcal HC g PROT g LIP g 786,14 85,3 29,92 36,14	E kcal HC g PROT g LIP g 735,95 80,48 39,18 28,59	E kcal HC g PROT g LIP g 819,57 95,25 38,61 31,57	E kcal HC g PROT g LIP g 628,203 101,673 22,14 14,3833
Hortalissa i patata Au Fruita	Sopa d'arròs Peix amb amanida Fruita	Hortalisses Llegum Fruita	Crema de verdures Ou Fruita

dilluns, 7 juny	dimarts, 8 juny	dimecres, 9 juny	dijous, 10 juny	divendres, 11 juny
Arròs integral amb salsa de verdures Filet de pollastre amb formatge al forn Amanida d'enciam i pastanaga Pa Iogurt natural	Bròcoli amb patata Hamburguesa vegetal a la planxa Samfaina de verdures Pa integral Fruita de temporada	Sopa de pollastre amb pasta Truita de carbassó Hummus Pa Fruita de temporada	Lleties amb verdures de temporada Bacallà a l'andalusa Amanida d'enciam i blat de moro Pa integral Fruita de temporada	Crema de carbassó Gall dindi estofat amb verdures *** Pa Fruita de temporada
E kcal HC g PROT g LIP g 733,32 84,6 42,48 25	E kcal HC g PROT g LIP g 670,7 88,11 24,98 24,26	E kcal HC g PROT g LIP g 807,713 91,4333 30,98 35,34	E kcal HC g PROT g LIP g 732,97 83,26 41,64 25,93	E kcal HC g PROT g LIP g 691,36 89,88 38,5 19,76
Hortalissa i patata Ou Lacti	Sopa de pasta Peix amb amanida Fruita	Amanida Llegum Fruita	Crema de verdures Carn vermella Fruita	Hortalissa i patata Au Fruita

dilluns, 14 juny	dimarts, 15 juny	dimecres, 16 juny	dijous, 17 juny	divendres, 18 juny
Mongeta tendra amb patata i pastanaga Pollastre a la italiana *** Pa integral Postres làcties	Arròs amb salsa de tomàquet Salmó amb verdures a la papillote *** Pa integral Fruita de temporada	Amanida de tomàquet i formatge fresc Lleties amb quinoa i verdures *** Pa Fruita de temporada	Espaguetis a la carbonara de xampinyons Truita de formatge Amanida d'enciam i blat de moro Pa integral Fruita de temporada	Empedrat de cigrons Crestes de tonyina Amanida d'enciam i olives Pa Fruita de temporada
E kcal HC g PROT g LIP g 763,7 73,15 43,12 33,18	E kcal HC g PROT g LIP g 781,99 95,02 32,01 30,43	E kcal HC g PROT g LIP g 533,713 80,3133 19,11 15,1133	E kcal HC g PROT g LIP g 926,44 82,86 38,86 48,84	E kcal HC g PROT g LIP g 923,02 121,63 19,8 39,7
Amanida Llegum Fruita	Hortalissa i patata Ou Fruita	Sopa d'arròs Peix amb amanida Fruita	Crema de verdures Au Fruita	Hortalissa i patata Peix Fruita

dilluns, 21 juny	dimarts, 22 juny
Macarrons amb tomàquet i formatge Pollastre empanat Amanida d'enciam i blat de moro Pa Postres làcties	MENÚ DE FI DE CURS
E kcal HC g PROT g LIP g 939,61 97,35 55,54 36,45	
Sopa de pasta Ou amb amanida Fruita	



MENÚS ELABORATS PER: Mònica Esteve Graner
Dietista- Nutricionista. Núm. de col·legiada CAT000211
Departament de Qualitat i Medi Ambient

Pots trucar-nos al 900 811 600
Escriure'ns un c-elec a contacto@iss.es

ISS FACILITY SERVICES Catalunya
C. Lluís Muntadas, 5
08940 Cornellà de Llobregat, Barcelona
Tel. 935 903 060
Fax. 936 343 154

1 GLUTEN	2 CRUSTACIS	3 OÜ	4 PEIX	5 CACAUET	6 SOJA	7 LLET	8 FRUITS DE CLOSCA	9 API	10 MOSTASSA	11 SÈSAM	12 SULFIT	13 TRAMUSSOS	14 MOL·LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEOS	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTOS DE CASCARA	APIO	MGSTAZA	SÈSAMO	SULFITOS	ALTRAMUCES	MOL·LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEANS	EGG	FISH	PENAUT	SOYA	MILK	NUTS	CELERY	MUSTARD	SÈSAM	SULPHITES	LUPINS	MOLLUSCS