



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

CLICA per DESCobRIR



Menú elaborat per la dietista nutricionista Xisca Rebassa col. CAT001289



- 1** KCal 668 / HC 102 / Lip 21 / Prt20
Macarrons a la napolitana
Pollastre a l'allet amb enciam i pastanaga
logurt natural artesà
Amanida / Formatge fresc i cereal / Fruita

- 2** KCal 595 / HC 74 / Lip 21 / Prt26
Mongetes seques guisades
Trita francesa amb enciam i brots tendres
Fruita fresca de temporada
Verdura / Peix i patata / Lacti

- 5** KCal 528 / HC 84 / Lip 16 / Prt18
Amanida de l'hort (varietat d'enciams, pastanaga, tomàquet, crostons, panís, olives)
Llenties estofades amb arròs
Fruita fresca de temporada
Cereal int. / Ou i verdura / Lacti



- 7** KCal 671 / HC 87 / Lip 27 / Prt26
Purè de llegums
Trita de formatge amb enciam i olives
Fruita fresca de temporada
Amanida / Peix i arròs / Lacti



- 9** KCal 739 / HC 86 / Lip 34 / Prt25
Tallarines a la napolitana
Crestes de tonyina amb varietat d'enciams
logurt natural artesà
Patata / Au i amanida / Fruita

- 12** KCal 762 / HC 96 / Lip 36 / Prt19
Fideuà de verdura
Tastets de bròquil amb enciam i olives
Fruita fresca de temporada
Amanida / Ou i cereal / Lacti



- 13** KCal 557 / HC 75 / Lip 20 / Prt25
Amanida amb poma i mandarina (enciam, tomàquet, olives, blat de moro, poma i mandarina)
Guisat d'au dindi al romaní amb arròs
Fruita fresca de temporada
Cereal / Peix i verdura / Lacti

- 14** KCal 693 / HC 79 / Lip 28 / Prt34
Arròs amb quinoa, edamame i verdures
Sardines al forn amb enciam i tomàquet
Fruita fresca de temporada
Verdura / Vedella i cereal int. / Lacti

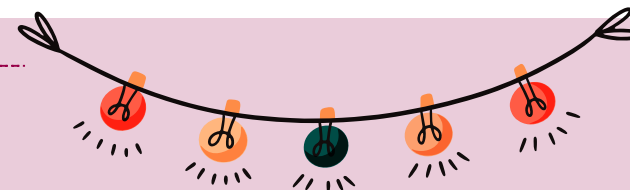
- 15** KCal 688 / HC 77 / Lip 27 / Prt38
Mongetes seques amb hortalisses
Trita de patata i ceba amb enciam i blat de moro
logurt natural artesà
Amanida / Prot.veg. i cereal / Fruita

- 16** KCal 525 / HC 63 / Lip 20 / Prt26
Bleda i patata
Pollastre al forn amb ceba ofegada
Fruita fresca de temporada
Verdura / Ou i cereal integral / Lacti

- 19** KCal 647 / HC 80 / Lip 22 / Prt38
Llenties a la jardinera
Calamars a la romana enciam i blat de moro
Fruita fresca de temporada
Amanida / Au i cereal int. / Lacti

- 20** KCal 738 / HC 92 / Lip 30 / Prt29
Arròs amb sofregit de verdures
Trita de carbassó amb enciam i llavors
logurt natural artesà
Amanida / Peix i patata / Fruita

- 21** KCal 779 / HC 113 / Lip 28 / Prt27
Escudella de Nadal
Canelons d'espínacs gratinats
Neules i torrons
Verdura / Formatge fresc i cereal / Fruita



* A cycle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un purè de verdures de temporada.



bon nadal



La calibració nutricional correspon a gramatge estàndard d'una ració d'infant de 7 anys. Cada infant menja segons l'edat i la gana, per tant són dades orientatives. Els menús s'acompanyen de pa