

## MENÚ MENJADOR ESCOLAR Sense Fructosa

DI26	Dt27	Dc28	Dj29	Dv01	Mitjana diària de nutrients
				Col amb patata trinxada  Vedella amb enciam Plàtan	E= 718,67Kcal Lípids= 29,64g Saturats= 5,70g HdC= 83,54g Sucres= 18,14g Prot= 22,38g Fibra= 13,54g
<b>DI04</b> Bròquil amb patata Llenties amb arròs logurt natural	<b>Dt05</b> Crema de coliflor Pollastre amb enciam Plàtan	<b>Dc06</b> Arròs amb xampinyons Truita d'espínacs amb enciam Gelatina neutra	<b>Dj07</b> Mongetes blanques amb carbassó Peix al forn amb enciam logurt natural	<b>Dv08</b> <i>Menú especial</i> <b>Festa Major</b> Pasta amb oli i orenga Botifarra amb enciam Plàtan	Mitjana diària de nutrients E= 7795,57Kcal Lípids= 27,24g Saturats= 6,35g HdC= 85,40g Sucres= 6,35g Prot= 30,65g Fibra= 12,51g
<b>DI11</b> Arròs amb carbassó Croquetes de bacallà amb enciam logurt natural	<b>Dt12</b> Bròquil amb patata Llom amb enciam Gelatina neutra	<b>Dc13</b> Espirals amb oli i orenga Peix fresc amb enciam i olives Plàtan	<b>Dj14</b> Crema de coliflor amb crostons Pollastre rostit amb enciam logurt natural "Boisans"	<b>Dv15</b> Cigrons amb espínacs Truita de patates amb enciam Plàtan	Mitjana diària de nutrients E= 747,76Kcal Lípids= 26,65g Saturats= 6,39g HdC= 77,99g Sucres=20,29g Prot=29,59g Fibra= 11,42g
<b>DI18</b> Llenties amb carbassó Ous al forn amb beixamel, enciam i olives Gelatina neutra	<b>Dt19</b> Arròs amb xampinyons Pernilets de pollastre al forn amb enciam logurt natural "Ubach"	<b>Dc20</b> Crema de carbassó Gall d'indi amb enciam Plàtan	<b>Dj21</b> Bròquil amb patata Escalopa de porc arrebossada amb enciam logurt natural	<b>Dv22</b> Sopa, brou d'api i col, amb pasta i cigrons Peix al forn amb enciam Plàtan	Mitjana diària de nutrients E= 755,44Kcal Lípids= 24,29g Saturats= 5,76g HdC= 89,08g Sucres= 21,77g Prot=30,23g Fibra= 14,29g
<b>DI25</b>	<b>Dt26</b>	<b>Dc27</b>	<b>Dj28</b>	<b>Dv29</b>	Mitjana diària de nutrients

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