



“SANT JORDI”

El 23 d'abril celebrem Sant Jordi, patró de Catalunya des del segle XV i dia dels enamorats.

Els carrers es converteixen en una gran llibreria-floristeria, plens de gent. El príncep valent que va salvar a la princesa del terrible drac i li va regalar una rosa vermella com a símbol d'amor.

Tindrem el deliciós: “Pastís de Sant Jordi”, fet amb pa de pessic, mousse de nata, xocolata i crema, i decorat com més ens agradi.

També és el Dia Internacional del Llibre, designat per la UNESCO l'any 1996.

La cultura i l'amor es barregen en un petó. Així que, aprofiteu per llegir un bon llibre, menjar un deliciós pastís i regalar una rosa a aquella persona especial.

Bona diada de Sant Jordi!



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

INSTITUT - ESCOLA RAFAEL ALBERTI BASAL



<p>11</p> <p>Crema parmentier (carbassa i porro) Calamars a la romana amb amanida (enciam, tomàquet i pipes de girasol) Fruita del temps ecològica</p> <p>Sopa de fideus Wok de pollastre amb verdures logurt</p>	<p>12</p> <p>Llenties estofades amb vegetals (carbassó i pastanaga) Contracuixa de pollastre a les fines herbes amb patata al caliu Fruita del temps</p> <p>Bledes saltades amb alls i panses Bacallà al pilpil amb piperrada logurt amb nous</p>	<p>13</p> <p>Sopa de l'àvia amb fideus Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives) logurt sostenible natural sense sucre</p> <p>Crema de carbassa i taronja Llom saltat amb verdures Maduixes</p>	<p>14</p> <p>Mongeta verda amb patata Estofat de porc amb verdures i arròs saltat Fruita del temps i opció de pa integral</p> <p>Ous trencats amb pernil serrà i patates logurt</p>	
<p>17</p> <p>Macarrons amb tomàquet i formatge Truita de patata i carbassó amb amanida (enciam tomàquet i blat de moro) Fruita del temps</p> <p>Amanida completa amb fruits secs Seitons arrebossats logurt</p>	<p>18</p> <p>Pèsols amb ceba i patata Wok de gall dindi saltat amb ceba i xampinyons Fruita del temps i opció de pa integral</p> <p>Quinoa amb gambes Quèfir</p>	<p>19</p> <p>Cigrons estofats amb verdures Bacallà a l'andalusa amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps</p> <p>Hummus amb bastonets Sandvitx vegetal amb xips de carxofes logurt</p>	<p>20</p> <p>Crema de carbassó amb crostons Pernilet de pollastre al forn amb arròs Fruita del temps</p> <p>Mix de verdures al curry Llom a la planxa amb carxofes arrebossades logurt</p>	<p>21</p> <p>Menú Sant Jordi</p> <p>Fideus a la cassola Croquetes de pollastre amb amanida (enciam i pastanaga) Flam de vainilla</p>
<p>24</p> <p>Arròs amb tomàquet Varetes de lluç amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps ecològica</p> <p>Amanida de canonges, cherries i formatge fresc Pinxos d'au adobats amb patates logurt</p>	<p>25</p> <p>Panatóx de verdures (coliflor, mongeta verda, pastanaga i patata) Contracuixa de pollastre amb pebrots i ceba confitada Fruita del temps</p> <p>Sopa vegetal Pizza cassolana amb tonyina Mel i mató</p>	<p>26</p> <p>Mongetes blanques estofades amb verdures Truita francesa amb amanida (tomàquet, enciam i pipes de girasol) Fruita del temps i opció de pa integral</p> <p>Crema de carbassó Luç a la planxa amb escalivada logurt amb nabius</p>	<p>27</p> <p>Bròquil amb patata Goulash de vedella i verdures Fruita del temps</p> <p>Sopa de peix Truita de formatge i carbassó logurt amb ametlles</p>	<p>28</p> <p>Espirals a la carbonara (crema de llet, xampinyons i formatge) Lluç al forn amb picada d'all i julivert amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) logurt sostenible natural sense sucre</p> <p>Amanida de tomàquet, formatge fresc i orenga Wrap de verdures i pollastre Macedonia de fruita</p>

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar. Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat

Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 3-8 anys: Primera setmana 570 kcal, HC 66g, Lip. 18g, Prot. 36g – Segona setmana 591 kcal, HC 69g, Lip. 18.5g, Prot. 37g – Tercera setmana 581 kcal, HC 68g, Lip. 18g, Prot. 36.7g – Quarta setmana 595 kcal, HC 68g, Lip. 19g, Prot. 38g. – Cinquena setmana 612 kcal, HC 71g, Lip. 20g, Prot. 37g. Valors nutricionals del menú migdia/setmana de 9-13 anys: Primera setmana 738 kcal, HC 81g, Lip. 26g, Prot. 45g – Segona setmana 743 kcal, HC 78g, Lip. 27g, Prot. 47g – Tercera setmana 737 kcal, HC 79g, Lip. 26g, Prot. 46.7g – Quarta setmana 739 kcal, HC 77.8g, Lip. 28g, Prot. 43.9g. – Cinquena setmana 778 kcal, HC 82.4g, Lip. 28.7g, Prot. 47.6g.



“SANT JORDI”

El 23 d'abril celebrem Sant Jordi, patró de Catalunya des del segle XV i dia dels enamorats.

Els carrers es converteixen en una gran llibreria-floristeria, plens de gent. El príncep valent que va salvar a la princesa del terrible drac i li va regalar una rosa vermella com a símbol d'amor.

Tindrem el deliciós: “Pastís de Sant Jordi”, fet amb pa de pessic, mousse de nata, xocolata i crema, i decorat com més ens agradi.

També és el Dia Internacional del Llibre, designat per la UNESCO l'any 1996.

La cultura i l'amor es barregen en un petó. Així que, aprofiteu per llegir un bon llibre, menjar un deliciós pastís i regalar una rosa a aquella persona especial.

Bona diada de Sant Jordi!

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

INSTITUT - ESCOLA RAFAEL ALBERTI SENSE CARN



<p>11</p> <p>Crema parmentier (carbassa i porro) Calamars a la romana amb amanida (enciam, tomàquet i pipes de girasol) Fruita del temps ecològica</p>	<p>12</p> <p>Llenties estofades amb vegetals (carbassó i pastanaga) (* Hamburguesa vegetal amb patata al caliu Fruita del temps</p>	<p>13</p> <p>(* Sopa vegetal amb fideus Peix fresc segons mercat al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives) logurt sostenible natural sense sucre</p>	<p>14</p> <p>Mongeta verda amb patata (* Tritada francesa amb verdures i arròs saltat Fruita del temps i opció de pa integral</p>	
<p>17</p> <p>Macarrons amb tomàquet i formatge Trita de patata i carbassó amb amanida (enciam tomàquet i blat de moro) Fruita del temps</p>	<p>18</p> <p>Pèsols amb ceba i patata (* Wok de tonyina saltat amb ceba i xampinyons Fruita del temps i opció de pa integral</p>	<p>19</p> <p>Cigrons estofats amb verdures Bacallà a l'andalusa amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps</p>	<p>20</p> <p>Crema de carbassó amb crostons (* Remenat d'ous amb arròs Fruita del temps</p>	<p>21</p> <p>Menú Sant Jordi Fideus a la cassola (* Croquetes d'espinaacs amb amanida (enciam i pastanaga) Flam de vainilla</p>
<p>24</p> <p>Arròs amb tomàquet Varetes de lluç amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps ecològica</p>	<p>25</p> <p>Panatóx de verdures (coliflor, mongeta verda, pastanaga i patata) (* Fogoner al forn amb pebrots i ceba confitada Fruita del temps</p>	<p>26</p> <p>Mongetes blanques estofades amb verdures Trita francesa amb amanida (tomàquet, enciam i pipes de girasol) Fruita del temps i opció de pa integral</p>	<p>27</p> <p>Bròquil amb patata (* Hamburguesa vegetal amb verdures saltades Fruita del temps</p>	<p>28</p> <p>Espirals a la carbonara (crema de llet, xampinyons i formatge) Lluç al forn amb picada d'all i julivert amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) logurt sostenible natural sense sucre</p>

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar. Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós

