

EL MENÚ DELS SEUS FILLS



Del 1 al 12 de Octubre

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

GENERAL

1-oct-2018	2-oct-2018	3-oct-2018	4-oct-2018	5-oct-2018
MACARRONS AMB TOMÀQUET TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA VARIADA	CREMA DE VERDURES AMB CROSTONETS DE PA CROQUETES DE PERNIL AMB AMANIDA VARIADA	SOPA D'AU MANDONGUILLES VEDELLA A LA JARDINERA	MONGETA VERDA AMB PATATES LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM, OLIVES I TOMÀQUET	CIGRONS ESTOFATS PIT DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT NATURAL	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS
KCAL 727 PROT 24 HC 77 LIP 26	KCAL 731 PROT 23 HC 79 LIP 30	KCAL 720 PROT 30 HC 82 LIP 26	KCAL 705 PROT 23 HC 80 LIP 26	KCAL 716 PROT 28 HC 71 LIP 25
SOPARS				
GRAELLADA DE VERDURES	ARRÒS 3 DELÍCIES	ESPINACS A LA CATALANA	AMANIDA CAPRESE	CREMA DE PORROS
LLENGUADO A LA PLANXA	TRUITA DE CARXOFES	PIT DE GALL D'INDI PLANXA	BISTEC DE VEDELLA	SALMÓ AL PAPILOT
IOGURT	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS

8-oct-2018	9-oct-2018	10-oct-2018	11-oct-2018	12-oct-2018
ARRÒS AMB TOMÀQUET LLOM A LA PLANXA AMB ENCIAM, OLIVES I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	ESPAGUETTIS CARBONARA (AMB NATA I BACÓ) DELÍCIES DE LLUÇ AMB TOMÀQUET AMANIT I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUS MANDONGUILLES AMB SALSA DE TOMÀQUET FLAM DE VAINILLA	CREMA DE CARBASSÓ PIT DE POLLASTRE PLANXA AMB ENCIAM, OLIVES I BROTS DE SOJA FRUITA DEL TEMPS	FESTA
KCAL 717 PROT 24 HC 76 LIP 28	KCAL 728 PROT 24 HC 82 LIP 27	KCAL 719 PROT 25 HC 88 LIP 29	KCAL 711 PROT 25 HC 77 LIP 25	
SOPARS				
CREMA DE VERDURES	SOPA MINISTRONE	MINISTRA DE VERDURES	COL-I-FLOR SALTEJADA	FESTA
MERO AL FORN	LLOM A LA PLANXA	LIMANDA A L'ANDALUSA	TRUITA PAISANA	
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	

* Tots els àpats estaran acompanyats d'aigua i pa.

* Les fruites de tardor/hivern seran: pomes, peres, plàtans, taronja, mandarines

* Aquesta minuta pot sofrir alguna variació, en cas de força major

SUPERVISORA

ALÍCIA ROCA

DIETISTA-NUTRICIONISTA

ELISABETH SÁNCHEZ



EL MENÚ DELS SEUS FILLS



Del 15 al 31 de Octubre

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

GENERAL

15-oct-2018	16-oct-2018	17-oct-2018	18-oct-2018	19-oct-2018
ESPIRALS BOLONYESA	LLENTIES ESTOFADES	SOPA DE BROU AMB GALETS	ARRÒS A LA MILANESA	CREMA DE PORROS
LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	CUIXES POLLASTRE FORN A/ ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	MANDONGUILLES VEDELLA AMB PÈSOLS I PASTANAGA I OGURT DE SABORS	TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS	CANELONS GRATINATS FRUITA DEL TEMPS
KCAL 725 PROT 21 HC 82 LIP 25	KCAL 716 PROT 24 HC 82 LIP 24	KCAL 717 PROT 28 HC 87 LIP 27	KCAL 721 PROT 28 HC 82 LIP 24	KCAL 731 PROT 29 HC 84 LIP 30
SOPARS				
CREMA DE CARBASSÓ CONILL A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	BRÒQUIL AL VAPOR OÙS A LA PORTUGUESA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA ROSADA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE MARISC GALL D'INDI ADOBAT FRUITA DEL TEMPS	GRAELLADA DE VERDURES SETÍO ARROSSAT I OGURT DE SABORS

22-oct-2018	23-oct-2018	24-oct-2018	25-oct-2018	26-oct-2018
LLENTIES CASOLANES AMB ARRÒS NUGGETS DE POLLASTRE A/ ENCIAM I BROTS DE SOJA FRUITA DEL TEMPS	MONGETA VERDA AMB PATATES LLIBRETS DE LLOM AMB ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE FIDEUS MANDONGUILLES VEDELLA AMB XAMPINYONS I OGURT NATURAL	ARRÒS AMB TOMÀQUET LLUÇ GRATINAT FORN A/ ENCIAM, PASTANAGA I RAVES FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VARIADA FIDEUÀ AMB ALL-I-OLI FRUITA DEL TEMPS
KCAL 732 PROT 27 HC 81 LIP 28	KCAL 725 PROT 24 HC 80 LIP 26	KCAL 710 PROT 22 HC 88 LIP 21	KCAL 728 PROT 26 HC 72 LIP 27	KCAL 715 PROT 26 HC 80 LIP 27
SOPARS				
CREMA PASTANAGA I PORRO SALMÓ AL FORN PETIT SUISSÉ	AMANIDA CÉSAR REMENAT D'OU A/ VERDURES FRUITA DEL TEMPS	MONGETA VERDA SALTEJADA TILÀPIA A L'ANDALUSÀ FRUITA DEL TEMPS	COL AMB PATATA POLLASTRE A LA LLUMONA FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE BROU SALSITXES A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS

29-oct-2018	30-oct-2018	31-oct-2018
MONGETA VERDA AMB PATATA, CALAMARS ROMANA A/ ENCIAM, PASTANAGA I BLAT FRUITA DEL TEMPS	TALLARINS CARBONARA POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE PISTONS MANDONGUILLES VEDELLA AMB SALSA DE TOMÀQUET DANONINO
KCAL 723 PROT 23 HC 79 LIP 28	KCAL 722 PROT 25 HC 73 LIP 27	KCAL 718 PROT 24 HC 80 LIP 27
SOPARS		
ARRÒS SALTEJAT PIT POLLASTRE PLANXA I OGURT NATURAL	VERDURES A LA PLANXA LLOBARRO A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE MARISC TRUITA D'ESPINACS FRUITA DEL TEMPS



* Tots els àpats estaran acompanyats d'aigua i pa.

* Les fruites de tardor/hivern seran: pomes, peres, plàtans, taronja, mandarines

* Aquesta minuta pot sofrir alguna variació, en cas de força major

SUPERVISORA
ALÍCIA ROCA

DIETISTA-NUTRICIONISTA
ELISABETH SÁNCHEZ



EL MENÚ DELS SEUS FILLS



Del 1 al 12 de Octubre

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

CELÍAC

1-oct-2018	2-oct-2018	3-oct-2018	4-oct-2018	5-oct-2018
MACARRONS AMB TOMÀQUET (SENSE GLUTEN) TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA VARIADA	CREMA DE VERDURES (SENSE CROSTONETS DE PA) LLOM A LA PLANXA AMB AMANIDA VARIADA	SOPA D'AU (SENSE GLUTEN) MANDONGUILLES VEDELLA A LA JARDINERA	MONGETA VERDA AMB PATATES LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM, OLIVES I TOMÀQUET	CIGRONS ESTOFATS PIT DE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT NATURAL	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS
KCAL 727 PROT 24 HC 77 LIP 26	KCAL 731 PROT 23 HC 79 LIP 30	KCAL 720 PROT 30 HC 82 LIP 26	KCAL 705 PROT 23 HC 80 LIP 26	KCAL 716 PROT 28 HC 71 LIP 25
SOPARS				
GRAELLADA DE VERDURES	ARRÒS 3 DELÍCIES	ESPINACS A LA CATALANA	AMANIDA CAPRESE	CREMA DE PORROS
LLENGUADO A LA PLANXA	TRUITA DE CARXOFES	PIT DE GALL D'INDI PLANXA	BISTEC DE VEDELLA	SALMÓ AL PAPILOT
IOGURT	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS

8-oct-2018	9-oct-2018	10-oct-2018	11-oct-2018	12-oct-2018
ARRÒS AMB TOMÀQUET	ESPAGUETTIS CARBONARA (SENSE GLUTEN)	SOPA DE FIDEUS (SENSE GLUTEN)	CREMA DE CARBASSÓ	FESTA
LLOM A LA PLANXA AMB ENCIAM, OLIVES I PASTANAGA	LLUÇ ARREBOSSAT (AMB FARINA D'ARRÒS) AMB TOMÀQUET I BLAT	MANDONGUILLES AMB SALSA DE TOMÀQUET	PIT DE POLLASTRE PLANXA AMB ENCIAM, OLIVES I BROTS DE SOJA	
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FLAM DE VAINILLA	FRUITA DEL TEMPS	
KCAL 717 PROT 24 HC 76 LIP 28	KCAL 728 PROT 24 HC 82 LIP 27	KCAL 719 PROT 25 HC 88 LIP 29	KCAL 711 PROT 25 HC 77 LIP 25	
SOPARS				
CREMA DE VERDURES	SOPA MINISTRONE	MINISTRA DE VERDURES	COL-I-FLOR SALTEJADA	FESTA
MERO AL FORN	LLOM A LA PLANXA	LIMANDA A L'ANDALUSA	TRUITA PAISANA	
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	

* Tots els àpats estaran acompanyats d'aigua i pa.

* Les fruites de tardor/hivern seran: pomes, peres, plàtans, taronja, mandarines

* Aquesta minuta pot sofrir alguna variació, en cas de força major

SUPERVISORA

ALÍCIA ROCA

DIETISTA-NUTRICIONISTA

ELISABETH SÁNCHEZ



EL MENÚ DELS SEUS FILLS



Del 15 al 31 de Octubre

COL LEGI SAGRADA FAMÍLIA

CELÍAC

15-oct-2018	16-oct-2018	17-oct-2018	18-oct-2018	19-oct-2018
ESPIRALS BOLONYESA (SENSE GLUTEN) LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 725 PROT 21 HC 82 LIP 25	LLENTIES ESTOFADES CUIXES POLLASTRE FORN A/ ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES FRUITA DEL TEMPS KCAL 716 PROT 24 HC 82 LIP 24	SOPA DE BROU A/ GALETS (SENSE GLUTEN) MANDONGUILLES VEDELLA AMB PÈSOLS I PASTANAGA I OGURT DE SABORS KCAL 717 PROT 28 HC 87 LIP 27	ARRÓS A LA MILANESA TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS KCAL 721 PROT 28 HC 82 LIP 24	CREMA DE PORROS CANELONS GRATINATS (SENSE GLUTEN) FRUITA DEL TEMPS KCAL 731 PROT 29 HC 84 LIP 30
SOPARS				
CREMA DE CARBASSÓ CONILL A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	BRÒQUIL AL VAPOR OUS A LA PORTUGUESA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE PATATA ROSADA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE MARISC GALL D'INDI ADOBAT FRUITA DEL TEMPS	GRAELLADA DE VERDURES SEITÓ ARREBOSSAT I OGURT DE SABORS

22-oct-2018	23-oct-2018	24-oct-2018	25-oct-2018	26-oct-2018
LLENTIES CASOLANES POLLASTRE ARREBOSSAT (AMB FARINA D'ARRÓS) A/ ENCIAM I BROTS DE SOJA FRUITA DEL TEMPS KCAL 732 PROT 27 HC 81 LIP 28	MONGETA AMB PATATES LLIBRETS DE LLOM AMB (AMB FARINA D'ARRÓS) ENCIAM, TOMÀQUET I OLIVES FRUITA DEL TEMPS KCAL 725 PROT 24 HC 80 LIP 26	SOPA DE FIDEUS (SENSE GLUTEN) MANDONGUILLES VEDELLA AMB XAMPINYONS I OGURT NATURAL KCAL 710 PROT 22 HC 88 LIP 21	ARRÓS AMB TOMÀQUET LLUÇ GRATINAT FORN A/ ENCIAM, PASTANAGA I RAVES FRUITA DEL TEMPS KCAL 728 PROT 26 HC 72 LIP 27	AMANIDA VARIADA FIDEJÀ AMB ALL-I-OLI (SENSE GLUTEN) FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 26 HC 80 LIP 27
SOPARS				
CREMA PASTANAGA I PORRO SALMÓ AL FORN PETIT SUISSE	AMANIDA CÉSAR REMENAT D'OU A/ VERDURES FRUITA DEL TEMPS	MONGETA VERDA SALTEJADA TILAPIA A L'ANDALUSA FRUITA DEL TEMPS	COL AMB PATATA POLLASTRE A LA LLIMONA FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE BROU SALSITXES A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS

29-oct-2018	30-oct-2018	31-oct-2018
MONGETA AMB PATATA CALAMARS ROMANA A/ (AMB FARINA D'ARRÓS) ENCIAM, PASTANAGA I BLAT FRUITA DEL TEMPS KCAL 723 PROT 23 HC 79 LIP 28	TALLARINS CARBONARA (SENSE GLUTEN) POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS KCAL 722 PROT 25 HC 73 LIP 27	SOPA DE PISTONS (SENSE GLUTEN) MANDONGUILLES VEDELLA AMB SALSA DE TOMÀQUET DANONINO KCAL 718 PROT 24 HC 80 LIP 27
SOPARS		
ARRÓS SALTEJAT PIT POLLASTRE PLANXA I OGURT NATURAL	VERDURES A LA PLANXA LLOBARRO A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA DE MARISC TRUITA D'ESPINACS FRUITA DEL TEMPS



* Tots els àpats estaran acompanyats d'aigua i pa.

* Les fruites de tardor/hivern seran: pomes, peres, plàtans, taronja, mandarines

* Aquesta minuta pot sofrir alguna variació, en cas de força major

SUPERVISORA

ALÍCIA ROCA

DIETISTA-NUTRICIONISTA

ELISABETH SÁNCHEZ

