

EL MENÚ DELS SEUS FILLS



Del 1 al 9 de Novembre

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

GENERAL



1-nov-2018	2-nov-2018
FESTA	LLIURE DISPOSICIÓ
SOPARS	
FESTA	LLIURE DISPOSICIÓ

5-nov-2018	6-nov-2018	7-nov-2018	8-nov-2018	9-nov-2018
MACARRONS AMB SALSA DE TOMÀQUET TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I TOMÀQUET	CIGRONS ESTOFATS AMB XORIÇO LLUÇ AL FORN	SOPA DE GALETS MANDONGUILLES VEDELLA A/ PÈSOLS I XAMPINYONS	MONGETA VERDA AMB PATATA PIT DE POLLASTRE "ORLY" A/ ENCIAM I PASTANAGA	ARRÓS CANTONÈS (PERNIL, PÈSOLS...) SALSITXES A LA PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT NATURAL	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS
KCAL 717 PROT 24 HC 76 LIP 28	KCAL 7078 PROT 27 HC 72 LIP 26	KCAL 710 PROT 25 HC 88 LIP 25	KCAL 711 PROT 24 HC 84 LIP 26	KCAL 731 PROT 25 HC 77 LIP 28
SOPARS				
MONGETA AMB PATATA	AMANIDA VARIADA	COL-I-FLORES SALTEJADA	MINESTRA DE VERDURES	SOPA DE BROU A/VERDURES
POLLASTRE A/XAMPINYONS	LLOM DE PORC PLANXA	PERCA A LA PAPILOT	TRUITA PAISANA	SEITÓ A LA VINAGRETA
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS	IOGURT DE SABORS

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

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

* Aquesta minuta pot sol·licitar alguna variació, en cas de força major

SUPERVISORA

ALÍCIA ROCA

DIETISTA-NUTRICIONISTA

ELISABETH SÁNCHEZ



EL MENÚ DELS SEUS FILLS



Del 12 al 30 de Novembre

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

GENERAL

12-nov-2018	13-nov-2018	14-nov-2018	15-nov-2018	16-nov-2018
CREMA DE CARBASSÓ AMB ROSTES LLIBRETS DE LLOM AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 21 HC 82 LIP 27	ESPIRALS A LA CARBONARA (A/ CREMA DE LLET I BACÓ) FILET DE LLUÇ PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS KCAL 707 PROT 24 HC 82 LIP 24	SOPA D'ESTRELLETES MANDONGUILLES VEDELLA AMB SALSINA DE TOMÀQUET IOGURT DE SABORS KCAL 717 PROT 25 HC 87 LIP 27	LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURETES TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS KCAL 701 PROT 28 HC 84 LIP 24	ARRÓS AMB TOMÀQUET POLLASTRE A L'AST AMB PATATES XIPS FRUITA DEL TEMPS KCAL 721 PROT 26 HC 82 LIP 27
SOPARS				
AMANIDA TROPICAL TRUITA DE PERNIL I FORMATGE IOGURT DE NATURAL	PANATXÉ DE VERDURES PIT DE GALL D'INDI FRUITA DEL TEMPS	BLEDES AMB PATATES CALAMARS FARCITS FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE PEIX AMB FIDEUS CONILL ARREBOSSAT FRUITA DEL TEMPS	ESCALIVADA LIMANDA AL FORN FRUITA DEL TEMPS

19-nov-2018	20-nov-2018	21-nov-2018	22-nov-2018	23-nov-2018
CREMA DE VERDURES TRUITA DE PATATES AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 706 PROT 27 HC 81 LIP 25	TALLARINS CARBONARA POLLASTRE PLANXA AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS KCAL 725 PROT 24 HC 80 LIP 28	SOPA DE BROU AMB GALETS MANDONGUILLES VEDELLA AMB PÈSOLS I PASTANAGA IOGURT NATURAL KCAL 710 PROT 22 HC 88 LIP 21	ARRÓS AMB TOMÀQUET CROQUETES DE PERNIL AMB ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS KCAL 728 PROT 26 HC 72 LIP 27	MONGETA VERDA AMB PATATA FILET DE LLUÇ AL FORN PATATA PANADERA FRUITA DEL TEMPS KCAL 678 PROT 26 HC 80 LIP 27
SOPARS				
CREMA DE PORROS SÈPIA A LA PLANXA PETIT DINO	MONGETA VERDA SALTEJADA SALSITXES A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	ESPINACS AMB PATATES REMENAT D'OUI A/ VERDURES FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA CÉSAR SALMÓ AL FORN FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE GALLINA POLLASTRE A LA LLIMONA FRUITA DEL TEMPS

26-nov-2018	27-nov-2018	28-nov-2018	29-nov-2018	30-nov-2018
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES I ARRÓS SALSITXES A LA PLANXA AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS KCAL 711 PROT 25 HC 82 LIP 26	MONGETA VERDA AMB PATATES PIT POLLASTRE PLANXA AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 722 PROT 24 HC 73 LIP 27	ESCUDELLA CATALANA MANDONGUILLES VEDELLA AMB XAMPINYONS IOGURT DE SABORS KCAL 723 PROT 24 HC 79 LIP 29	MACARRONS AMB TOMÀQUET, GRATINATS LLUÇ A L'ANDALUSA AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS KCAL 713 PROT 26 HC 86 LIP 26	CREMA DE PASTANAGA LLOM ARREBOSSAT AMB ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS KCAL 704 PROT 23 HC 80 LIP 25
SOPARS				
CREMA DE CARBASSA TRUITA D'ESPINACS IOGURT NATURAL	VERDURES A LA PLANXA MERO A L'ANDALUSA FRUITA DEL TEMPS	TRINXAT DE COL LLENGUADO PLANXA FRUITA DEL TEMPS	ARRÓS TRES DELÍCIES PIT POLLASTRE PLANXA FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE PEIX LASSANYA VEGETAL FRUITA DEL TEMPS

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

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

* 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 9 de Novembre

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

CELÍAC



1-nov-2018	2-nov-2018
FESTA	LLIURE DISPOSICIÓ
SOPARS	
FESTA	LLIURE DISPOSICIÓ

5-nov-2018	6-nov-2018	7-nov-2018	8-nov-2018	9-nov-2018
MACARRONS A/TOMÀQUET (SENSE GLUTEN) TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS KCAL 717 PROT 24 HC 76 LIP 28	CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES LLUÇ AL FORN FRUITA DEL TEMPS KCAL 7078 PROT 27 HC 72 LIP 26	SOPA DE GALETS (SENSE GLUTEN) MANDONGUILLES VEDELLA A/ PÈSOLS I XAMPINYONS IOGURT NATURAL KCAL 710 PROT 25 HC 88 LIP 25	MONGETA VERDA AMB PATATA PIT DE POLLASTRE "ORLY" (AMB FARINA D'ARRÒS) A/ ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 711 PROT 24 HC 84 LIP 26	ARRÒS CANTONÈS (PERNIL, PÈSOLS...) SALSITXES A LA PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS KCAL 731 PROT 25 HC 77 LIP 28
SOPARS				
MONGETA AMB PATATA POLLASTRE A/XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VARIADA LLOM DE PORC PLANXA FRUITA DEL TEMPS	COL-FLOR SALTEJADA PERCA A LA PAPILOT FRUITA DEL TEMPS	MINESTRA DE VERDURES TRUITA PAISANA FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE BROU A/VERDURES SEITÓ A LA VINAGRETA IOGURT DE SABORS

* 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 12 al 30 de Novembre

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

CELÍAC

12-nov-2018	13-nov-2018	14-nov-2018	15-nov-2018	16-nov-2018
CREMA DE CARBASSÓ (SENSE ROSTES) LLIBRETS LLOM (A/FARINA ARRÓS) A/ ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 21 HC 82 LIP 27	ESPIRALS A LA CARBONARA (SENSE GLUTEN) FILET DE LLUÇ PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS KCAL 707 PROT 24 HC 82 LIP 24	SOPA D'ESTRELLETES (SENSE GLUTEN) MANDONGUILLES VEDELLA AMB SALSINA DE TOMÀQUET IOGURT DE SABORS KCAL 717 PROT 25 HC 87 LIP 27	LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURETES TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS KCAL 701 PROT 28 HC 84 LIP 24	ARRÓS AMB TOMÀQUET POLLASTRE A L'AST AMB PATATES XIPS FRUITA DEL TEMPS KCAL 721 PROT 26 HC 82 LIP 27
SOPARS				
AMANIDA TROPICAL TRUITA DE PERNIL I FORMATGE IOGURT DE NATURAL	PANATXÉ DE VERDURES PIT DE GALL D'INDI FRUITA DEL TEMPS	BLEDES AMB PATATES CALAMARS FARCITS FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE PEIX AMB FIDEUS CONILL ARREBOSSAT FRUITA DEL TEMPS	ESCALIVADA LIMANDA AL FORN FRUITA DEL TEMPS

19-nov-2018	20-nov-2018	21-nov-2018	22-nov-2018	23-nov-2018
CREMA DE VERDURES TRUITA DE PATATES AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 706 PROT 27 HC 81 LIP 25	TALLARINS CARBONARA (SENSE GLUTEN) POLLASTRE PLANXA AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS KCAL 725 PROT 24 HC 80 LIP 28	SOPA DE BROU AMB GALETS (SENSE GLUTEN) MANDONGUILLES VEDELLA AMB PÈSOLS I PASTANAGA IOGURT NATURAL KCAL 710 PROT 22 HC 88 LIP 21	ARRÓS AMB TOMÀQUET LLOM A LA PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS KCAL 728 PROT 26 HC 72 LIP 27	MONGETA VERDA AMB PATATA FILET DE LLUÇ AL FORN PATATA PANADERA FRUITA DEL TEMPS KCAL 678 PROT 26 HC 80 LIP 27
SOPARS				
CREMA DE PORROS SÈPIA A LA PLANXA PETIT DINO	MONGETA VERDA SALTEJADA SALSITXES A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	ESPINACS AMB PATATES REMENAT D'OIU A/ VERDURES FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA CÈSAR SALMÓ AL FORN FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE GALLINA POLLASTRE A LA LLIMONA FRUITA DEL TEMPS

26-nov-2018	27-nov-2018	28-nov-2018	29-nov-2018	30-nov-2018
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES I ARRÓS SALSITXES A LA PLANXA AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS KCAL 711 PROT 25 HC 82 LIP 26	MONGETA VERDA AMB PATATES PIT POLLASTRE PLANXA AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 722 PROT 24 HC 73 LIP 27	ESCUDELLA CATALANA (SENSE GLUTEN) MANDONGUILLES VEDELLA AMB XAMPINYONS IOGURT DE SABORS KCAL 723 PROT 24 HC 79 LIP 29	MACARRONS GRATINATS (SENSE GLUTEN) LLUÇ ANDALUSA (FARINA ARRÓS) AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS KCAL 713 PROT 26 HC 86 LIP 26	CREMA DE PASTANAGA LLOM ARREBOSSAT (AMB FARINA ARRÓS) AMB ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS KCAL 704 PROT 23 HC 80 LIP 25
SOPARS				
CREMA DE CARBASSA TRUITA D'ESPINACS IOGURT NATURAL	VERDURES A LA PLANXA MERO A L'ANDALUSA FRUITA DEL TEMPS	TRINXAT DE COL LLENGUADO PLANXA FRUITA DEL TEMPS	ARRÓS TRES DELÍCIES PIT POLLASTRE PLANXA FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE PEIX LASSANYA VEGETAL 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

