

# EL MENÚ DELS SEUS FILLS



Del 1 al 8 de Febrer

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

GENERAL



**1-feb-2019**

MONGETA VERDA  
AMB PATATES  
LLOM ARREBOSSAT AMB  
ENCIAM I PASTANAGA

FRUITA DEL TEMPS

KCAL 698 PROT 22  
HC 71 LIP 21

**SOPARS**

AMANIDA VARIADA

PIZZA 4 ESTACIONS

FRUITA DEL TEMPS

| 4-feb-2019  | 5-feb-2019   | 6-feb-2019  | 7-feb-2019  | 8-feb-2019   |
|---|--|---|---|--|
| ARRÒS AMB TOMÀQUET<br><br>BUNYOLS DE BACALLÀ<br>A/ ENCIAM I PASTANAGA<br><br>FRUITA DEL TEMPS<br><br>KCAL 728 PROT 26<br>HC 72 LIP 27 | CREMA DE VERDURES<br>AMB PICATOSTES<br>POLLASTRE ROSTIT<br>AMB TOMÀQUET I CEBA<br><br>FRUITA DEL TEMPS<br><br>KCAL 717 PROT 24<br>HC 76 LIP 28 | SOPA DE BROU<br>AMB PISTONS<br>MANDONGUIILES VEDELLA<br>A/ PASTATANAGA I PÈSOLS<br><br>IOGURT DE SABORS<br><br>KCAL 720 PROT 25<br>HC 88 LIP 25 | MONGETA VERDA<br>AMB PATATES<br>LLIBRETS DE LLOM<br>AMB ENCIAM I OLIVES<br><br>FRUITA DEL TEMPS<br><br>KCAL 701 PROT 25<br>HC 84 LIP 24 | ESPAGUETTIS CARBONARA<br>(A/ CREMA DE LLET I BACÓ)<br>LLUÇ AL FORN<br>AMB VERDURETES<br><br>FRUITA DEL TEMPS<br><br>KCAL 727 PROT 26<br>HC 81 LIP 32 |
| <b>SOPARS</b>   |  |   |   |  |
| SOPA DE PEIX<br><br>SALSITXES A LA PLANXA<br><br>IOGURT DE SABORS   | AMANIDA VARIADA<br><br>TRUITA DE CARBASSÓ<br><br>FRUITA DEL TEMPS  | ESPINACS AMB PATATES<br><br>RAP A LA MARINERA<br><br>FRUITA DEL TEMPS   | CREMA DE VERDURES<br><br>TONYINA AMB TOMÀQUET<br><br>FRUITA DEL TEMPS   | GRAELLADA DE VERDURES<br><br>BISTEC DE VEDELLA<br><br>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 11 al 28 de Febrer

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

GENERAL

| 11-feb-2019   | 12-feb-2019  | 13-feb-2019   | 14-feb-2019  | 15-feb-2019   |
|---------------|--|---|--|---|
| <b>FESTA</b>  | ARRÒS AMB TOMÀQUET<br><br>CROQUETES POLLASTRE<br>AMB ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DEL TEMPS<br><br>KCAL 712 PROT 26<br>HC 87 LIP 26 | SOPA DE BROU<br>AMB GALETS<br>MANDONGUIILES VEDELLA<br>AMB XAMPINYONS<br>IOGURT NATURAL<br><br>KCAL 715 PROT 23<br>HC 82 LIP 27 | MONGETA VERDA<br>AMB PATATES<br>SALSITXES D'AU PLANXA<br>A/ ENCIAM I PASTANAGA<br>FRUITA DEL TEMPS<br><br>KCAL 706 PROT 28<br>HC 84 LIP 29 | LLENTIES ESTOFADES<br>AMB XORIÇO<br>LLUÇ A LA PLANXA<br>AMB ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DEL TEMPS<br><br>KCAL 703 PROT 23<br>HC 79 LIP 24 |
| <b>SOPARS</b> |  |   |  |   |
| <b>FESTA</b>  | CREMA DE CARBASSÓ<br>LLENGUADO A LA PLANXA<br>FRUITA DEL TEMPS   | MINESTRA SALTEJADA<br>REMENAT D'OU<br>FRUITA DEL TEMPS  | AMANIDA CAPRESE<br>SEITÓ FRESC ARREBOSSAT<br>FRUITA DEL TEMPS  | SOPA VEGETAL<br>ESCALOPINS DE LLOM FORN<br>IOGURT   |

| 18-feb-2019   | 19-feb-2019   | 20-feb-2019  | 21-feb-2019  | 22-feb-2019   |
|---|---|--|--|---|
| ESPAGUETTIS CARBONARA<br>(A/ CREMA DE LLET I BACÓ)<br>CALAMARS A LA ROMANA<br>A/ ENCIAM I PASTANAGA<br>FRUITA DEL TEMPS<br><br>KCAL 728 PROT 25<br>HC 81 LIP 32 | CREMA DE CARBASSÓ<br><br>CANELONS GRATINATS<br><br>FRUITA DEL TEMPS<br><br>KCAL 725 PROT 24<br>HC 80 LIP 28 | SOPA D'ESTRELLETES<br><br>MANDONGUIILES VEDELLA<br>AMB SALSA DE TÒMAQUET<br>IOGURT DE SABORS<br><br>KCAL 710 PROT 22<br>HC 88 LIP 21 | MONGETA VERDA<br>AMB PATATES<br>PERNILETS DE POLLASTRE<br>AMB PATATES XIPS<br>FRUITA DEL TEMPS<br><br>KCAL 718 PROT 26<br>HC 72 LIP 27 | ARRÒS AMB TOMÀQUET<br><br>LLUÇ AL FORN<br>AMB ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DEL TEMPS<br><br>KCAL 708 PROT 26<br>HC 80 LIP 27 |
| <b>SOPARS</b>   |   |  |  |   |
| SOPA DE GALETS<br>GALL D'INDI FARCIT<br>DANONINO  | VERDURES A LA PLANXA<br>DORADA AL FORN<br>FRUITA DEL TEMPS  | AMANIDA SICILIANA<br>FIGURETES DE PEIX<br>FRUITA DEL TEMPS   | COLIFLOR VAPOR<br>TRUITA DE PERNIL SALAT<br>FRUITA DEL TEMPS   | CREMA DE PASTANAGA<br>RODÓ DE VEDELLA FORN<br>FRUITA DEL TEMPS  |

| 25-feb-2019  | 26-feb-2019   | 27-feb-2019   | 28-feb-2019   |
|--|---|---|---|
| ESPAGUETTIS AMB<br>TOMÀQUET<br>HAMBURGUESA D'AU<br>AMB ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DEL TEMPS<br><br>KCAL 723 PROT 23<br>HC 79 LIP 28 | MONGETA VERDA<br>AMB PATATES<br>NUGGETS DE POLLASTRE<br>AMB ENCIAM I TOMÀQUET<br>FRUITA DEL TEMPS<br><br>KCAL 713 PROT 25<br>HC 73 LIP 25 | SOPA DE BROU<br>AMB GALETS<br>MANDONGUIILES VEDELLA<br>A LA JARDINERA<br>FLAM DE VAINILLA<br><br>KCAL 722 PROT 26<br>HC 73 LIP 28 | <b>"DIJOURS GRAS"</b><br>CREMA CARBASSÓ A/ROSTES<br>TRUITA DE BOTIFARRA D'OU<br>AMB ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DEL TEMPS<br><br>KCAL 708 PROT 23<br>HC 72 LIP 25 |
| <b>SOPARS</b>  |   |   |   |
| AMANIDA DE MARISC<br>TRUITA D'ESPINACS<br>IOGURT NATURAL   | GRAELLADA DE VERDURES<br>CONILL A LA LLIMONA<br>FRUITA DEL TEMPS  | MONGETES AMB PATATES<br>ROSADA A LA PLANXA<br>FRUITA DEL TEMPS  | ESPINACS A LA CREMA<br>PIT POLLASTRE PLANXA<br>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 8 de Febrer

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

CELÍAC



1-feb-2019

MONGETA VERDA  
AMB PATATES  
LLOM ARREBOSSAT  
(AMB FARINA ARRÒS)  
A/ ENCIAM I PASTANAGA  
FRUITA DEL TEMPS  
  
KCAL 698 PROT 22  
HC 71 LIP 21

**SOPARS**

AMANIDA VARIADA  
  
PIZZA 4 ESTACIONS  
  
FRUITA DEL TEMPS

| 4-feb-2019  | 5-feb-2019   | 6-feb-2019   | 7-feb-2019  | 8-feb-2019  |
|---|--|--|---|---|
| ARRÒS AMB TOMÀQUET<br><br>LLUÇ A LA PLANXA<br>A/ ENCIAM I PASTANAGA<br><br>FRUITA DEL TEMPS<br><br>KCAL 728 PROT 26<br>HC 72 LIP 27 | CREMA DE VERDURES<br>(SENSE PICATOSTES)<br>POLLASTRE ROSTIT<br>AMB TOMÀQUET I CEBA<br><br>FRUITA DEL TEMPS<br><br>KCAL 717 PROT 24<br>HC 76 LIP 28 | SOPA DE BROU AMB<br>PISTONS (SENSE GLUTEN)<br>MANDONGUIILES VEDELLA<br>A/ PASTATANAGA I PÈSOLS<br><br>IOGURT DE SABORS<br><br>KCAL 720 PROT 25<br>HC 88 LIP 25 | MONGETA VERDA<br>AMB PATATES<br>LLIBRETS DE LLOM<br>(AMB FARINA ARRÒS)<br>AMB ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DEL TEMPS<br><br>KCAL 701 PROT 25<br>HC 84 LIP 24 | ESPAGUETTIS CARBONARA<br>(SENSE GLUTEN)<br>LLUÇ AL FORN<br>AMB VERDURETES<br><br>FRUITA DEL TEMPS<br><br>KCAL 727 PROT 26<br>HC 81 LIP 32 |
| <b>SOPARS</b>   |  |  |   |   |
| SOPA DE PEIX<br><br>SALSITXES A LA PLANXA<br><br>IOGURT DE SABORS   | AMANIDA VARIADA<br><br>TRUITA DE CARBASSÓ<br><br>FRUITA DEL TEMPS  | ESPINACS AMB PATATES<br><br>RAP A LA MARINERA<br><br>FRUITA DEL TEMPS  | CREMA DE VERDURES<br><br>TONYINA AMB TOMÀQUET<br><br>FRUITA DEL TEMPS   | GRAELLADA DE VERDURES<br><br>BISTEC DE VEDELLA<br><br>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 11 al 28 de Febrer

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

CELÍAC

| 11-feb-2019   | 12-feb-2019  | 13-feb-2019  | 14-feb-2019  | 15-feb-2019   |
|---------------|--|--|--|---|
| <b>FESTA</b>  | ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>POLLASTRE A LA PLANXA<br>AMB ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DEL TEMPS<br>KCAL 712 PROT 26<br>HC 87 LIP 26 | SOPA DE BROU AMB<br>GALETS (SENSE GLUTEN)<br>MANDONGUIILES VEDELLA<br>AMB XAMPINYONS<br>IÒGURT NATURAL<br>KCAL 715 PROT 23<br>HC 82 LIP 27 | MONGETA VERDA<br>AMB PATATES<br>SALSITXES D'AU PLANXA<br>A/ ENCIAM I PASTANAGA<br>FRUITA DEL TEMPS<br>KCAL 706 PROT 28<br>HC 84 LIP 29 | LLENTIES ESTOFADES<br>AMB VERDURES<br>LLUÇ A LA PLANXA<br>AMB ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DEL TEMPS<br>KCAL 703 PROT 23<br>HC 79 LIP 24 |
| <b>SOPARS</b> |  |  |  |   |
| <b>FESTA</b>  | CREMA DE CARBASSÓ<br>LLENGUADO A LA PLANXA<br>FRUITA DEL TEMPS   | MINESTRA SALTEJADA<br>REMENAT D'OU<br>FRUITA DEL TEMPS   | AMANIDA CAPRESE<br>SEITÓ FRESC ARREBOSSAT<br>FRUITA DEL TEMPS  | SOPA VEGETAL<br>ESCALOPINS DE LLOM FORN<br>IÒGURT   |

| 18-feb-2019  | 19-feb-2019   | 20-feb-2019  | 21-feb-2019  | 22-feb-2019   |
|--|---|--|--|---|
| ESPAGUETTIS CARBONARA<br>(SENSE GLUTEN)<br>CALAMARS ANDALUSA<br>(A/ FARINA ARRÒS) A/ AMANIDA<br>FRUITA DEL TEMPS<br>KCAL 728 PROT 25<br>HC 81 LIP 32 | CREMA DE CARBASSÓ<br>CANELONS GRATINATS<br>(SENSE GLUTEN)<br>FRUITA DEL TEMPS<br>KCAL 725 PROT 24<br>HC 80 LIP 28 | SOPA D'ESTRELLETES<br>(SENSE GLUTEN)<br>MANDONGUIILES VEDELLA<br>AMB SALSA DE TÒMAQUET<br>IÒGURT DE SABORS<br>KCAL 710 PROT 22<br>HC 88 LIP 21 | MONGETA VERDA<br>AMB PATATES<br>PERNILETS DE POLLASTRE<br>AMB PATATES XIPS<br>FRUITA DEL TEMPS<br>KCAL 718 PROT 26<br>HC 72 LIP 27 | ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>LLUÇ AL FORN<br>AMB ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DEL TEMPS<br>KCAL 708 PROT 26<br>HC 80 LIP 27 |
| <b>SOPARS</b>  |   |  |  |   |
| SOPA DE GALETS<br>GALL D'INDI FARCIT<br>DANONINO   | VERDURES A LA PLANXA<br>DORADA AL FORN<br>FRUITA DEL TEMPS  | AMANIDA SICILIANA<br>PERCA ENFARINADA<br>FRUITA DEL TEMPS  | COLIFLOR VAPOR<br>TRUITA DE PERNIL SALAT<br>FRUITA DEL TEMPS   | CREMA DE PASTANAGA<br>RODÓ DE VEDELLA FORN<br>FRUITA DEL TEMPS  |

| 25-feb-2019  | 26-feb-2019  | 27-feb-2019  | 28-feb-2019   |
|--|--|--|---|
| ESPAGUETTIS A/ TOMÀQUET<br>(SENSE GLUTEN)<br>HAMBURGUESA D'AU<br>AMB ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DEL TEMPS<br>KCAL 723 PROT 23<br>HC 79 LIP 28 | MONGETA AMB PATATES<br>POLLASTRE ARREBOSSAT<br>(AMB FARINA ARRÒS)<br>AMB ENCIAM I TOMÀQUET<br>FRUITA DEL TEMPS<br>KCAL 713 PROT 25<br>HC 73 LIP 25 | SOPA DE BROU AMB<br>GALETS (SENSE GLUTEN)<br>MANDONGUIILES VEDELLA<br>A LA JARDINERA<br>FLAM DE VAINILLA<br>KCAL 722 PROT 26<br>HC 73 LIP 28 | <b>"DIJOURS GRAS"</b><br>CREMA CARBASSÓ (S/ROSTES)<br>TRUITA DE BOTIFARRA D'OU<br>AMB ENCIAM I OLIVES<br>FRUITA DEL TEMPS<br>KCAL 708 PROT 23<br>HC 72 LIP 25 |
| <b>SOPARS</b>  |  |  |   |
| AMANIDA DE MARISC<br>TRUITA D'ESPINACS<br>IÒGURT NATURAL   | GRAELLADA DE VERDURES<br>CONILL A LA LLIMONA<br>FRUITA DEL TEMPS   | MONGETES AMB PATATES<br>ROSADA A LA PLANXA<br>FRUITA DEL TEMPS   | ESPINACS A LA CREMA<br>PIT POLLASTRE PLANXA<br>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

