

EL MENÚ DELS SEUS FILLS



DEL 01 AL 18 DE JUNY 2021

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

GENERAL

	1-jun-2021	2-jun-2021	3-jun-2021	4-jun-2021
	MONGETA TENDRA AMB PATATES LLUÇ AL FORN AMB SANFAINA FRUITA DEL TEMPS KCAL 724 PROT 26 HC 72 LIP 26	ARROS AMB TOMÀQUET SALSITXES AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT NATURAL KCAL 690 PROT 25 HC 70 LIP 23	ESPAGUETIS CARBONARA POLLASTRE AL FORN A/ENCIAM I BLAT FRUITA DEL TEMPS KCAL 736 PROT 25 HC 71 LIP 30	LLENTIES ESTOFADES TRUITA DE PATATES AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 712 PROT 23 HC 69 LIP 24

SOPARS

AMANIDA DE CIGRONS BROQUETA DE GALL D'INDI FRUITA DEL TEMPS	ESCALIVADA OUS AMB PATATES I PERNIL FRUITA DEL TEMPS	GASPATXO AMB CROSTONS BACALLÀ AMB ALL I OLI IOGURT NATURAL	TRIO DE COLS BISTEC DE VEDELLA FRUITA DEL TEMPS
---	--	--	---

7-jun-2021	8-jun-2021	9-jun-2021	10-jun-2021	11-jun-2021
ARROS AMB TOMÀQUET BUTIFARRA AMB XIPS FRUITA DEL TEMPS KCAL 690 PROT 25 HC 70 LIP 23	MONGETA TENDRA AMB PATATA GALL D'INDI A LA PLANXA ENCIAM I BLAT MORO FRUITA DEL TEMPS KCAL 727 PROT 28 HC 76 LIP 25	ESPAGUETIS AMB VERDURES NUGGETS AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT NATURAL KCAL 737 PROT 28 HC 70 LIP 31	SOPA DE BROU BISTEC AMB SALS XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS KCAL 730 PROT 23 HC 74 LIP 27	LLENTIES AMB VERDURES LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM I BLAT FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 24 HC 73 LIP 25

SOPARS

CREMA DE PORRO AMB POMA CALAMARS PLANXA ALL I JULIVERT FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VARIADA HUMMUS AMB BASTONETS IOGURT NATURAL	ALBERGINIA FARCIDA AMB BULGUR HAMBURGUESA VEGETAL FRUITA DEL TEMPS	VERDURETES SALTEJADES TRUITA DE PATATA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA AMB ÀPID PIZZA DE PERNIL FRUITA DEL TEMPS
---	---	--	---	---

14-jun-2021	15-jun-2021	16-jun-2021	17-jun-2021	18-jun-2021
MONGETA TENDRA AMB PATATA SALSITXES DE PORC A/ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS KCAL 727 PROT 28 HC 76 LIP 25	SOPA DE BROU AMB GALETS ESTOFAT DE GALL D'INDI FRUITA DEL TEMPS KCAL 730 PROT 23 HC 74 LIP 27	ARROS AMB TOMÀQUET LLIBRET DE LLOM AMB ENCIAM I TOMÀQUET IOGURT NATURAL KCAL 736 PROT 25 HC 71 LIP 30	CIGRONS SALTEJATS AMB BACÓ LLUÇ A LA MARINERA FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 24 HC 73 LIP 25	ESPAGUETTIS A/TOMÀQUET PRIMARIA: LLOM ARREBOSSAT AMB AMANIDA SECUNDARIA: PIZZA DE VERDURES FRUITA DEL TEMPS KCAL 735 PROT 27 HC 72 LIP 32

SOPARS

CUS CUS DE VERDURES SALMÓ A LA TARONJA IOGURT NATURAL	BRESSA DE VERDURES TRUITA DE FORMATGE FRUITA DEL TEMPS	VICHYSSEOISE AMB CROSTONS PASTÍS DE TOFU AMB VERDURES FRUITA DEL TEMPS	XAMPINYONS SALTEJATS CONILL AL FORN AMB PINYONS FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VERDA RAP A L'ALL CREMAT FRUITA DEL TEMPS
---	--	--	--	---

EL MENÚ DELS SEUS FILLS



DEL 21 AL 22 DE JUNY DE 2021

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

GENERAL

21-jun-2021	22-jun-2021			
LLENTÍES ESTOFADES	SOPA DE BROU AMB PASTA			
CROQUETES DE POLLASTRE AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	CANALONS GRATINATS			
KCAL 709 PROT 24 HC 73 LIP 23	GELAT/TRINARANJUS KCAL 721 PROT 24 HC 70 LIP 27			

SOPARS

AMANIDA D'ARRÒS	SOPA DE MELÓ AMB MENTA			
OUS GRATINATS	COCA DE RECAPTE AMB TONYINA			
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS			

BONES VACANCES

SOPARS

--	--	--	--	--

- * DOS COPS A LA SETMANA PÀ INTEGRAL
- * OLI D'OLIVA VERGE . OLI DE FREGIR ALT OLÈIC. SAL IODADA
- * Aquesta minuta pot sofrir alguna variació, en cas de força major

SUPERVISORA
ALÍCIA ROCA
DIETISTA-NUTRICIONISTA
CRISTINA ECHEVARRIA
NUM COL: CAT001118



EL MENÚ DELS SEUS FILLS



DEL 01 AL 18 DE JUNY 2021

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

SENSE LTP

	1-jun-2021	2-jun-2021	3-jun-2021	4-jun-2021
	MONGETA TENDRA AMB PATATES LLUÇ AL FORN AMB SANFAINA FRUITA DEL TEMPS KCAL 724 PROT 26 HC 72 LIP 26	ARROS AMB TOMÀQUET SALSITXES AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT NATURAL KCAL 690 PROT 25 HC 70 LIP 23	ESPAGUETIS CARBONARA POLLASTRE AL FORN A/ENCIAM I BLAT FRUITA DEL TEMPS KCAL 736 PROT 25 HC 71 LIP 30	LLENTIES ESTOFADES TRUITA DE PATATES AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 712 PROT 23 HC 69 LIP 24

SOPARS

AMANIDA DE CIGRONS BROQUETA DE GALL D'INDI FRUITA DEL TEMPS	ESCALIVADA OUS AMB PATATES I PERNIL FRUITA DEL TEMPS	GASPATXO AMB CROSTONS BACALLÀ AMB ALL I OLI IOGURT NATURAL	TRIO DE COLS BISTEC DE VEDELLA FRUITA DEL TEMPS
---	--	--	---

7-jun-2021	8-jun-2021	9-jun-2021	10-jun-2021	11-jun-2021
ARROS AMB TOMÀQUET BUTIFARRA AMB XIPS FRUITA DEL TEMPS KCAL 690 PROT 25 HC 70 LIP 23	MONGETA TENDRA AMB PATATA GALL D'INDI A LA PLANXA ENCIAM I BLAT MORO FRUITA DEL TEMPS KCAL 727 PROT 28 HC 76 LIP 25	ESPAGUETIS AMB VERDURES NUGGETS AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT NATURAL KCAL 737 PROT 28 HC 70 LIP 31	SOPA DE BROU BISTEC AMB SALSXA XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS KCAL 730 PROT 23 HC 74 LIP 27	LLENTIES AMB VERDURES LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM I BLAT FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 24 HC 73 LIP 25

SOPARS

CREMA DE PORRO AMB POMA CALAMARS PLANXA ALL I JULIVERT FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VARIADA HUMMUS AMB BASTONETS IOGURT NATURAL	ALBERGINIA FARCIDA AMB BULGUR HAMBURGUESA VEGETAL FRUITA DEL TEMPS	VERDURETES SALTEJADES TRUITA DE PATATA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA AMB ÀPID PIZZA DE PERNIL FRUITA DEL TEMPS
---	---	--	---	---

14-jun-2021	15-jun-2021	16-jun-2021	17-jun-2021	18-jun-2021
MONGETA TENDRA AMB PATATA SALSITXES DE PORC A/ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS KCAL 727 PROT 28 HC 76 LIP 25	SOPA DE BROU AMB GALETS ESTOFAT DE GALL D'INDI FRUITA DEL TEMPS KCAL 730 PROT 23 HC 74 LIP 27	ARROS AMB TOMÀQUET LLIBRET DE LLOM AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT NATURAL KCAL 736 PROT 25 HC 71 LIP 30	CIGRONS SALTEJATS AMB BACÓ LLUÇ A LA MARINERA FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 24 HC 73 LIP 25	ESPAGUETTIS A/TOMÀQUET PRIMARIA: LLOM ARREBOSSAT AMB AMANIDA SECUNDARIA: PIZZA DE VERDURES FRUITA DEL TEMPS KCAL 735 PROT 27 HC 72 LIP 32

SOPARS

CUS CUS DE VERDURES SALMÓ A LA TARONJA IOGURT NATURAL	BRESSA DE VERDURES TRUITA DE FORMATGE FRUITA DEL TEMPS	VICHYSSEOISE AMB CROSTONS PASTÍS DE TOFU AMB VERDURES FRUITA DEL TEMPS	XAMPINYONS SALTEJATS CONILL AL FORN AMB PINYONS FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VERDA RAP A L'ALL CREMAT FRUITA DEL TEMPS
---	--	--	--	---

EL MENÚ DELS SEUS FILLS



DEL 21 AL 22 DE JUNY DE 2021

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

SENSE LTP

21-jun-2021	22-jun-2021			
LLENTÍES ESTOFADES	SOPA DE BROU AMB PASTA			
CROQUETES DE POLLASTRE AMB ENCIAM I COGOMBRE	CANALONS GRATINATS			
FRUITA DEL TEMPS	GELAT/TRINARANJUS			
KCAL 709 PROT 24 HC 73 LIP 23	KCAL 721 PROT 24 HC 70 LIP 27			

SOPARS

AMANIDA D'ARRÒS	SOPA DE MELÓ AMB MENTA			
OUS GRATINATS	COCA DE RECAPTE AMB TONYINA			
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS			

BONES VACANCES

SOPARS

--	--	--	--	--

- * DOS COPS A LA SETMANA PÀ INTEGRAL
- * OLI D'OLIVA VERGE . OLI DE FREGIR ALT OLÈIC. SAL IODADA
- * 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

CRISTINA ECHEVARRIA

NUM COL: CAT001118



EL MENÚ DELS SEUS FILLS



DEL 01 AL 18 DE JUNY 2021

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

No lactosa, fructosa i sorbitol

	1-jun-2021	2-jun-2021	3-jun-2021	4-jun-2021
	BLEDES AMB PATATES LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM I COGOMBRE IOGURT SENSE LACTOSA (NO ENSUCRAT, NO EDULCORAT) KCAL 724 PROT 26 HC 72 LIP 26	ARROS AMB XAMPINYONS LLOM PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT SENSE LACTOSA (NO ENSUCRAT, NO EDULCORAT) KCAL 690 PROT 25 HC 70 LIP 23	ESPAGUETIS A/ CARBASSÓ (s/formatge ni derivats) POLLASTRE AL FORN A/ENCIAM I COGOMBRE IOGURT SENSE LACTOSA (NO ENSUCRAT, NO EDULCORAT) KCAL 736 PROT 25 HC 71 LIP 30	LLENTIES SALTEJADES ALL I JULIVERT TRUITA DE PATATES AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT SENSE LACTOSA (NO ENSUCRAT, NO EDULCORAT) KCAL 712 PROT 23 HC 69 LIP 24

SOPARS

AMANIDA DE CIGRONS BROQUETA DE GALL D'INDI IOGURT SENSE LACTOSA	ESPINACS AL VAPOR OUS AMB PATATES I PERNIL IOGURT SENSE LACTOSA	CREMA DE BRÒQUIL BACALLÀ AMB ALL I OLI IOGURT SENSE LACTOSA	COLIFLOR AL VAPOR BISTEC DE VEDELLA IOGURT SENSE LACTOSA
---	---	---	--

7-jun-2021	8-jun-2021	9-jun-2021	10-jun-2021	11-jun-2021
ARROS AMB CARBASSÓ LLOM PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT SENSE LACTOSA (NO ENSUCRAT, NO EDULCORAT) KCAL 690 PROT 25 HC 70 LIP 23	BLEDES AMB PATATA GALL D'INDI A LA PLANXA ENCIAM I COGOMBRE IOGURT SENSE LACTOSA (NO ENSUCRAT, NO EDULCORAT) KCAL 727 PROT 28 HC 76 LIP 25	ESPAGUETIS AMB ESPINACS (s/formatge ni derivats) POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT SENSE LACTOSA (NO ENSUCRAT, NO EDULCORAT) KCAL 737 PROT 28 HC 70 LIP 31	SOPA DE BROU (Brou només api i col) BISTEC AMB SALSA XAMPINYONS IOGURT SENSE LACTOSA (NO ENSUCRAT, NO EDULCORAT) KCAL 730 PROT 23 HC 74 LIP 27	LLENTIES SALTEJADES AMB ALL I JULIVERT LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM I COGOMBRE IOGURT SENSE LACTOSA (NO ENSUCRAT, NO EDULCORAT) KCAL 715 PROT 24 HC 73 LIP 25

SOPARS

CREMA DE COLIFLOR CALAMARS PLANXA ALL I JULIVERT IOGURT SENSE LACTOSA	AMANIDA VARIADA HUMMUS AMB BASTONETS IOGURT SENSE LACTOSA	BRÒQUIL BISTEC VEDELLA IOGURT SENSE LACTOSA	VERDURETES SALTEJADES TRUITA DE PATATA IOGURT SENSE LACTOSA	ESPINACS VAPOR POLLASTRE PLANXA IOGURT SENSE LACTOSA
---	---	---	---	--

14-jun-2021	15-jun-2021	16-jun-2021	17-jun-2021	18-jun-2021
BLEDES AMB PATATA LLOM PLANXA A/ENCIAM I OLIVES IOGURT SENSE LACTOSA (NO ENSUCRAT, NO EDULCORAT) KCAL 727 PROT 28 HC 76 LIP 25	SOPA DE BROU AMB GALETS (Brou només api i col) ESTOFAT DE GALL D'INDI IOGURT SENSE LACTOSA (NO ENSUCRAT, NO EDULCORAT) KCAL 730 PROT 23 HC 74 LIP 27	ARROS AMB XAMPINYONS LLOM A LA PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT SENSE LACTOSA (NO ENSUCRAT, NO EDULCORAT) KCAL 736 PROT 25 HC 71 LIP 30	CIGRONS SALTEJATS AMB ALLET LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM I COGOMBRE IOGURT SENSE LACTOSA (NO ENSUCRAT, NO EDULCORAT) KCAL 715 PROT 24 HC 73 LIP 25	SOPA DE BROU AMB PASTA (Brou només api i col) LLOM ARREBOSSAT AMB PATATAS PANADERA IOGURT SENSE LACTOSA (NO ENSUCRAT, NO EDULCORAT) KCAL 735 PROT 27 HC 72 LIP 32

SOPARS

CUS CUS DE CARBASSÓ SALMÓ AL FORN IOGURT SENSE LACTOSA	ESPINACS AL VAPOR TRUITA FRANCESA IOGURT SENSE LACTOSA	CREMA DE BRÒQUIL PASTÍS DE TOFU AMB CARBASSÓ IOGURT SENSE LACTOSA	XAMPINYONS SALTEJATS CONILL AL FORN AMB PINYONS IOGURT SENSE LACTOSA	AMANIDA VERDA RAP A L'ALL CREMAT IOGURT SENSE LACTOSA
--	--	---	--	---


EL MENÚ DELS SEUS FILLS



DEL 21 AL 22 DE JUNY DE 2021

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

No lactosa, fructosa i sorbitol

21-jun-2021	22-jun-2021			
LLENTÍES SALTEJADES AMB ALL I JULIVERT POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM I COGOMBRE IOGURT SENSE LACTOSA (NO ENSUCRAT, NO EDULCORAT) KCAL 709 PROT 24 HC 73 LIP 23	SOPA DE BROU AMB PASTA (Brou només api i col) LLOM A LA PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT SENSE LACTOSA (NO ENSUCRAT, NO EDULCORAT) KCAL 721 PROT 24 HC 70 LIP 27			

SOPARS

AMANIDA D'ARRÒS OUS AL FORN IOGURT SENSE LACTOSA	CREMA DE BLEDES PEIX AL FORN IOGURT SENSE LACTOSA			
--	---	--	--	--

BONES VACANCES

SOPARS

--	--	--	--	--

- * DOS COPS A LA SETMANA PÀ INTEGRAL
- * OLI D'OLIVA VERGE . OLI DE FREGIR ALT OLÈIC. SAL IODADA
- * 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

CRISTINA ECHEVARRIA

NUM COL: CAT001118



EL MENÚ DELS SEUS FILLS



DEL 01 AL 18 DE JUNY 2021

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

NO LACTOSA, NI PROT VACA

	1-jun-2021	2-jun-2021	3-jun-2021	4-jun-2021
	MONGETA TENDRA AMB PATATES LLUÇ AL FORN AMB SANFAINA FRUITA DEL TEMPS KCAL 724 PROT 26 HC 72 LIP 26	ARROS AMB TOMÀQUET LLOM A LA PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT DE SOJA KCAL 690 PROT 25 HC 70 LIP 23	ESPAGUETIS NAPOLITANA (s/formatge ni derivats) POLLASTRE AL FORN A/ENCIAM I BLAT FRUITA DEL TEMPS KCAL 736 PROT 25 HC 71 LIP 30	LLENTIES ESTOFADES TRUITA DE PATATES AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 712 PROT 23 HC 69 LIP 24

SOPARS

AMANIDA DE CIGRONS BROQUETA DE GALL D'INDI FRUITA DEL TEMPS	ESCALIVADA OUS AMB PATATES I PERNIL FRUITA DEL TEMPS	GASPATXO AMB CROSTONS BACALLÀ AMB ALL I OLI IOGURT DE SOJA	TRIO DE COLS BISTEC DE VEDELLA FRUITA DEL TEMPS
---	--	--	---

7-jun-2021	8-jun-2021	9-jun-2021	10-jun-2021	11-jun-2021
ARROS AMB TOMÀQUET LLOM PLANXA AMB XIPS FRUITA DEL TEMPS KCAL 690 PROT 25 HC 70 LIP 23	MONGETA TENDRA AMB PATATA GALL D'INDI A LA PLANXA ENCIAM I BLAT MORO FRUITA DEL TEMPS KCAL 727 PROT 28 HC 76 LIP 25	ESPAGUETIS AMB VERDURES (s/formatge ni derivats) POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT DE SOJA KCAL 737 PROT 28 HC 70 LIP 31	SOPA DE BROU BISTEC AMB SALSA XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS KCAL 730 PROT 23 HC 74 LIP 27	LLENTIES AMB VERDURES LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM I BLAT FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 24 HC 73 LIP 25

SOPARS

CREMA DE PORRO AMB POMA CALAMARS PLANXA ALL I JULIVERT FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VARIADA HUMMUS AMB BASTONETS IOGURT DE SOJA	ALBERGINIA FARCIDA AMB BULGUR HAMBURGUESA VEGETAL FRUITA DEL TEMPS	VERDURETES SALTEJADES TRUITA DE PATATA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA AMB ÀPID PIZZA (s/formatge ni derivats) FRUITA DEL TEMPS
---	---	--	---	--

14-jun-2021	15-jun-2021	16-jun-2021	17-jun-2021	18-jun-2021
MONGETA TENDRA AMB PATATA LLOM A LA PLANXA A/ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS KCAL 727 PROT 28 HC 76 LIP 25	SOPA DE BROU AMB GALETS ESTOFAT DE GALL D'INDI FRUITA DEL TEMPS KCAL 730 PROT 23 HC 74 LIP 27	ARROS AMB TOMÀQUET LLOM A LA PLANXA AMB ENCIAM I TOMÀQUET IOGURT DE SOJA KCAL 736 PROT 25 HC 71 LIP 30	CIGRONS SALTEJATS AMB ALLET LLUÇ A LA MARINERA FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 24 HC 73 LIP 25	ESPAGUETTIS A/TOMÀQUET (s/formatge) PRIMARIA: LLOM ARREBOSSAT AMB AMANIDA SECUNDARIA: PIZZA DE VERDURES (s/form ni derivats) FRUITA DEL TEMPS KCAL 735 PROT 27 HC 72 LIP 32

SOPARS

CUS CUS DE VERDURES SALMÓ A LA TARONJA IOGURT DE SOJA	BRESSA DE VERDURES TRUITA FRANCESA FRUITA DEL TEMPS	VICHYSOISE (amb beguda vegetal) PASTÍS DE TOFU AMB VERDURES FRUITA DEL TEMPS	XAMPINYONS SALTEJATS CONILL AL FORN AMB PINYONS FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VERDA RAP A L'ALL CREMAT FRUITA DEL TEMPS
---	---	--	--	---

EL MENÚ DELS SEUS FILLS



DEL 21 AL 22 DE JUNY DE 2021

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

NO LACTOSA, NI PROT VACA

21-jun-2021	22-jun-2021			
LLENTÍES ESTOFADES	SOPA DE BROU AMB PASTA			
POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	LLOM A LA PLANXA AMB TOMÀQUET AMANIT GELAT (de soja)/TRINARANJUS			
KCAL 709 PROT 24 HC 73 LIP 23	KCAL 721 PROT 24 HC 70 LIP 27			

SOPARS

AMANIDA D'ARRÒS OUS AL FORN FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE MELÓ AMB MENTA COCA DE RECAPTE AMB TONYINA FRUITA DEL TEMPS			
--	---	--	--	--

BONES VACANCES

SOPARS

--	--	--	--	--

- * DOS COPS A LA SETMANA PÀ INTEGRAL
- * OLI D'OLIVA VERGE . OLI DE FREGIR ALT OLÈIC. SAL IODADA
- * 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
CRISTINA ECHEVARRIA
NUM COL: CAT001118



EL MENÚ DELS SEUS FILLS



DEL 01 AL 18 DE JUNY 2021

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

Celiac, Lactosa, Blat, Blat de moro

	1-jun-2021	2-jun-2021	3-jun-2021	4-jun-2021
	MONGETA TENDRA AMB PATATES LLUÇ AL FORN AMB SANFAINA FRUITA DEL TEMPS KCAL 724 PROT 26 HC 72 LIP 26	ARROS AMB TOMÀQUET LLOM PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT SENSE LACTOSA KCAL 690 PROT 25 HC 70 LIP 23	ESPAGUETIS NAPOLITANA (s/formatge ni derivats)(pasta d'arròs) POLLASTRE AL FORN A/ENCIAM I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS KCAL 736 PROT 25 HC 71 LIP 30	LLENTIES ESTOFADES TRUITA DE PATATES AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 712 PROT 23 HC 69 LIP 24

SOPARS

AMANIDA DE CIGRONS BROQUETA DE GALL D'INDI FRUITA DEL TEMPS	ESCALIVADA OUS AMB PATATES I PERNIL FRUITA DEL TEMPS	GASPATXO BACALLÀ AMB ALL I OLI IOGURT SENSE LACTOSA	TRIO DE COLS BISTEC DE VEDELLA FRUITA DEL TEMPS
---	--	---	---

7-jun-2021	8-jun-2021	9-jun-2021	10-jun-2021	11-jun-2021
ARROS AMB TOMÀQUET LLOM PLANXA AMB XIPS FRUITA DEL TEMPS KCAL 690 PROT 25 HC 70 LIP 23	MONGETA TENDRA AMB PATATA GALL D'INDI A LA PLANXA ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 727 PROT 28 HC 76 LIP 25	ESPAGUETIS AMB VERDURES (s/formatge ni derivats)(pasta d'arròs) POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT SENSE LACTOSA KCAL 737 PROT 28 HC 70 LIP 31	SOPA DE BROU (pasta d'arròs) BISTEC AMB SALSA XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS KCAL 730 PROT 23 HC 74 LIP 27	LLENTIES AMB VERDURES LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 24 HC 73 LIP 25

SOPARS

CREMA DE PORRO AMB POMA CALAMARS PLANXA ALL I JULIVERT FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VARIADA HUMMUS AMB CRUDITÉS IOGURT SENSE LACTOSA	ALBERGINIA FARCIDA AMB ARRÒS PEIX AL FORN FRUITA DEL TEMPS	VERDURETES SALTEJADES TRUITA DE PATATA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA AMB ÀPID POLLASTRE PLANXA FRUITA DEL TEMPS
---	--	--	---	--

14-jun-2021	15-jun-2021	16-jun-2021	17-jun-2021	18-jun-2021
MONGETA TENDRA AMB PATATA LLOM PLANXA A/ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS KCAL 727 PROT 28 HC 76 LIP 25	SOPA DE BROU AMB GALETS (pasta d'arròs) ESTOFAT DE GALL D'INDI FRUITA DEL TEMPS KCAL 730 PROT 23 HC 74 LIP 27	ARROS AMB TOMÀQUET LLOM A LA PLANXA AMB ENCIAM I TOMÀQUET IOGURT SENSE LACTOSA KCAL 736 PROT 25 HC 71 LIP 30	CIGRONS SALTEJATS AMB ALLET LLUÇ A LA MARINERA FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 24 HC 73 LIP 25	ESPAGUETTIS A/TOMÀQUET (s/formatge)(pasta d'arròs) LLOM ARREBOSSAT (farina d'arròs) (s/formatge) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS KCAL 735 PROT 27 HC 72 LIP 32

SOPARS

ARRÒS DE VERDURES SALMÓ A LA TARONJA IOGURT SENSE LACTOSA	BRESSA DE VERDURES TRUITA FRANCESA FRUITA DEL TEMPS	VICHYSOISE (s/lactosa) PASTÍS DE TOFU AMB VERDURES FRUITA DEL TEMPS	XAMPINYONS SALTEJATS CONILL AL FORN AMB PINYONS FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VERDA RAP A L'ALL CREMAT FRUITA DEL TEMPS
---	---	---	--	---

EL MENÚ DELS SEUS FILLS



DEL 21 AL 22 DE JUNY DE 2021

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

Celiac, Lactosa, Blat, Blat de moro

21-jun-2021	22-jun-2021			
LLENTÍES ESTOFADES	SOPA DE BROU			
POLLASTRE A LA PLANXA	AMB PASTA (pasta d'arròs)			
AMB ENCIAM I TOMÀQUET	LLOM A LA PLANXA			
FRUITA DEL TEMPS	AMB TOMÀQUET AMANIT			
KCAL 709 PROT 24	GELAT (s/lactosa)/TRINARANJUS			
HC 73 LIP 23	KCAL 721 PROT 24			
	HC 70 LIP 27			

SOPARS

AMANIDA D'ARRÒS	SOPA DE MELÓ AMB MENTA			
OUS AL FORN	PEIX AL FORN			
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS			

BONES VACANCES

SOPARS

--	--	--	--	--

- * DOS COPS A LA SETMANA PÀ INTEGRAL
- * OLI D'OLIVA VERGE . OLI DE FREGIR ALT OLÈIC. SAL IODADA
- * Aquesta minuta pot sofrir alguna variació, en cas de força major

SUPERVISORA
ALÍCIA ROCA
DIETISTA-NUTRICIONISTA
CRISTINA ECHEVARRIA
NUM COL: CAT001118



EL MENÚ DELS SEUS FILLS



DEL 01 AL 18 DE JUNY 2021

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

OVOVEGETARIÀ

	1-jun-2021	2-jun-2021	3-jun-2021	4-jun-2021
	MONGETA TENDRA AMB PATATES MONGETES SEQUES AMB SANFAINA FRUITA DEL TEMPS KCAL 724 PROT 26 HC 72 LIP 26	AMANIDA VERDA ARROS AMB TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS KCAL 690 PROT 25 HC 70 LIP 23	VERDURES SALTEJTADES ESPAGUETIS NAPOLITANA (s/formatge ni derivats) FRUITA DEL TEMPS KCAL 736 PROT 25 HC 71 LIP 30	LLENTIES ESTOFADES TRUITA DE PATATES AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 712 PROT 23 HC 69 LIP 24

SOPARS

AMANIDA DE CIGRONS BROQUETA DE TOFU FRUITA DEL TEMPS	ESCALIVADA OUS AMB PATATES FRUITA DEL TEMPS	GASPATXO AMB CROSTONS HUMMUS FRUITA DEL TEMPS	TRIO DE COLS VEGENUGGETS FRUITA DEL TEMPS
--	---	---	---

7-jun-2021	8-jun-2021	9-jun-2021	10-jun-2021	11-jun-2021
BRESSA DE VERDURES ARRÒS AMB TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS KCAL 690 PROT 25 HC 70 LIP 23	MONGETA TENDRA AMB PATATA TRUITA DE CARBASSÓ ENCIAM I BLAT MORO FRUITA DEL TEMPS KCAL 727 PROT 28 HC 76 LIP 25	AMANIDA VARIADA ESPAGUETIS AMB VERDURES FRUITA DEL TEMPS KCAL 737 PROT 28 HC 70 LIP 31	SOPA DE BROU VEGETAL CIGRONS SALTEJATS AMB XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS KCAL 730 PROT 23 HC 74 LIP 27	LLENTIES AMB VERDURES OUS AL FORN AMB ENCIAM I BLAT FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 24 HC 73 LIP 25

SOPARS

CREMA DE PORRO AMB POMA HAMBURGUESA VEGETAL FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VARIADA HUMMUS AMB BASTONETS FRUITA DEL TEMPS	ALBERGINIA FARCIDA AMB BULGUR HAMBURGUESA VEGETAL FRUITA DEL TEMPS	VERDURETES SALTEJADES TRUITA DE PATATA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA AMB ÀPID PIZZA VEGETAL (s/lactosa) FRUITA DEL TEMPS
--	---	--	---	---

14-jun-2021	15-jun-2021	16-jun-2021	17-jun-2021	18-jun-2021
MONGETA TENDRA AMB PATATA REMENAT DE VERDURES A/ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 727 PROT 28 HC 76 LIP 25	SOPA DE BROU VEGETAL AMB GALETS VARETES DE VERDURES FRUITA DEL TEMPS KCAL 730 PROT 23 HC 74 LIP 27	AMANIDA VERDA ARRÒS AMB TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS KCAL 736 PROT 25 HC 71 LIP 30	CIGRONS SALTEJATS AMB ALLET TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 24 HC 73 LIP 25	ESPAGUETTIS A/TOMÀQUET PRIMÀRIA: HAMBURGUESA VEGETAL AMB AMANIDA SECUNDÀRIA: PIZZA DE VERDURES (s/lactosa) FRUITA DEL TEMPS KCAL 735 PROT 27 HC 72 LIP 32

SOPARS

CUS CUS DE VERDURES LLENTIES SALTEJADES FRUITA DEL TEMPS	BRESSA DE VERDURES TRUITA DE PATATA FRUITA DEL TEMPS	VICHYSSEOISE AMB CROSTONS PASTÍS DE TOFU AMB VERDURES FRUITA DEL TEMPS	XAMPINYONS SALTEJATS HEURA ESPECIALADA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VERDA TRUITA FRANCESA FRUITA DEL TEMPS
--	--	--	---	--

EL MENÚ DELS SEUS FILLS



DEL 21 AL 22 DE JUNY 2021

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

OVOVEGETARIÀ

21-jun-2021	22-jun-2021			
LLENTÍES ESTOFADES	SOPA DE BROU VEGETAL AMB PASTA			
CROQUETES VEGETALS AMB ENCIAM I TOMÀQUET	HAMBURGUESA VEGETAL AMB TOMÀQUET AMANIT			
FRUITA DEL TEMPS	GELAT (s/lactosa) / TRINARANJUS			
KCAL 709 PROT 24 HC 73 LIP 23	KCAL 721 PROT 24 HC 70 LIP 27			

SOPARS

AMANIDA D'ARRÒS	SOPA DE MELÓ AMB MENTA			
OUS AL FORN	COCA DE RECAPTE VEGETAL			
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS			

BONES VACANCES

SOPARS

--	--	--	--	--

- * DOS COPS A LA SETMANA PÀ INTEGRAL
- * OLI D'OLIVA VERGE . OLI DE FREGIR ALT OLÈIC. SAL IODADA
- * Aquesta minuta pot sofrir alguna variació, en cas de força major

SUPERVISORA
ALÍCIA ROCA
DIETISTA-NUTRICIONISTA
CRISTINA ECHEVARRIA
NUM COL: CAT001118



EL MENÚ DELS SEUS FILLS



DEL 01 AL 18 DE JUNY 2021

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

CELIAC, NO LACTOSA

	1-jun-2021	2-jun-2021	3-jun-2021	4-jun-2021
	MONGETA TENDRA AMB PATATES LLUÇ AL FORN AMB SANFAINA FRUITA DEL TEMPS KCAL 724 PROT 26 HC 72 LIP 26	ARROS AMB TOMÀQUET SALSITXES AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT SENSE LACTOSA KCAL 690 PROT 25 HC 70 LIP 23	ESPAGUETIS NAPOLITANA (sense gluten)(s/formatge ni derivats) POLLASTRE AL FORN A/ENCIAM I BLAT FRUITA DEL TEMPS KCAL 736 PROT 25 HC 71 LIP 30	LLENTIES ESTOFADES TRUITA DE PATATES AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 712 PROT 23 HC 69 LIP 24

SOPARS

AMANIDA DE CIGRONS BROQUETA DE GALL D'INDI FRUITA DEL TEMPS	ESCALIVADA OUS AMB PATATES I PERNIL FRUITA DEL TEMPS	GASPATXO AMB PICADA BACALLÀ AMB ALL I OLI IOGURT SENSE LACTOSA	TRIO DE COLS BISTEC DE VEDELLA FRUITA DEL TEMPS
---	--	--	---

7-jun-2021	8-jun-2021	9-jun-2021	10-jun-2021	11-jun-2021
ARROS AMB TOMÀQUET BUTIFARRA AMB XIPS FRUITA DEL TEMPS KCAL 690 PROT 25 HC 70 LIP 23	MONGETA TENDRA AMB PATATA GALL D'INDI A LA PLANXA ENCIAM I BLAT MORO FRUITA DEL TEMPS KCAL 727 PROT 28 HC 76 LIP 25	ESPAGUETIS AMB VERDURES (sense gluten)(s/formatge ni derivats) POLLASTRE PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT SENSE LACTOSA KCAL 737 PROT 28 HC 70 LIP 31	SOPA DE BROU (sense gluten) BISTEC AMB SALS XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS KCAL 730 PROT 23 HC 74 LIP 27	LLENTIES AMB VERDURES LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM I BLAT FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 24 HC 73 LIP 25

SOPARS

CREMA DE PORRO AMB POMA CALAMARS PLANXA ALL I JULIVERT FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VARIADA HUMMUS AMB CRUDITÉS IOGURT SENSE LACTOSA	ALBERGINIA FARCIDA AMB ARRÓS HAMBURGUESA VEGETAL FRUITA DEL TEMPS	VERDURETES SALTEJADES TRUITA DE PATATA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA AMB ÀPID PIZZA (s/lactosa) (sense gluten) FRUITA DEL TEMPS
---	--	---	---	--

14-jun-2021	15-jun-2021	16-jun-2021	17-jun-2021	18-jun-2021
MONGETA TENDRA AMB PATATA SALSITXES DE PORC A/ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS KCAL 727 PROT 28 HC 76 LIP 25	SOPA DE BROU AMB GALETS (sense gluten) ESTOFAT DE GALL D'INDI FRUITA DEL TEMPS KCAL 730 PROT 23 HC 74 LIP 27	ARROS AMB TOMÀQUET LLOM A LA PLANXA AMB ENCIAM I TOMÀQUET IOGURT SENSE LACTOSA KCAL 736 PROT 25 HC 71 LIP 30	CIGRONS SALTEJATS AMB ALLET LLUÇ A LA MARINERA FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 24 HC 73 LIP 25	ESPAGUETTIS A/TOMÀQUET (s/gluten)(s/formatge) PRIMARIA: LLOM PLANXA AMB AMANIDA SECUNDARIA: PIZZA DE VERDURES (s/gluten)(s/lactosa) FRUITA DEL TEMPS KCAL 735 PROT 27 HC 72 LIP 32

SOPARS

ARRÓS DE VERDURES SALMÓ A LA TARONJA IOGURT SENSE LACTOSA	BRESSA DE VERDURES TRUITA FRANCESA FRUITA DEL TEMPS	VICHYSOISE (s/lactosa) PASTÍS DE TOFU AMB VERDURES FRUITA DEL TEMPS	XAMPINYONS SALTEJATS CONILL AL FORN AMB PINYONS FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VERDA RAP A L'ALL CREMAT FRUITA DEL TEMPS
---	---	---	--	---

EL MENÚ DELS SEUS FILLS



DEL 21 AL 22 DE JUNY DE 2021

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

CELIAC, NO LACTOSA

21-jun-2021	22-jun-2021			
LLENTÍES ESTOFADES	SOPA DE BROU			
POLLASTRE A LA PLANXA	AMB PASTA (sense gluten)			
AMB ENCIAM I TOMÀQUET	LLOM A LA PLANXA			
FRUITA DEL TEMPS	AMB TOMÀQUET AMANIT			
KCAL 709 PROT 24	FRUITA DEL TEMPS / TRINARANJUS			
HC 73 LIP 23	KCAL 721 PROT 24			
	HC 70 LIP 27			

SOPARS

AMANIDA D'ARRÒS	SOPA DE MELÓ AMB MENTA			
OUS AL FORN	COCA DE RECAPTE (SENSE GLUTEN)			
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS			

BONES VACANCES

SOPARS

--	--	--	--	--

- * DOS COPS A LA SETMANA PÀ INTEGRAL
- * OLI D'OLIVA VERGE . OLI DE FREGIR ALT OLÈIC. SAL IODADA
- * Aquesta minuta pot sofrir alguna variació, en cas de força major

SUPERVISORA
ALÍCIA ROCA
DIETISTA-NUTRICIONISTA
CRISTINA ECHEVARRIA
NUM COL: CAT001118



EL MENÚ DELS SEUS FILLS



DEL 01 AL 18 DE JUNY 2021

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

NO LACTOSA

	1-jun-2021	2-jun-2021	3-jun-2021	4-jun-2021
	MONGETA TENDRA AMB PATATES LLUÇ AL FORN AMB SANFAINA FRUITA DEL TEMPS KCAL 724 PROT 26 HC 72 LIP 26	ARROS AMB TOMÀQUET SALSITXES AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT SENSE LACTOSA KCAL 690 PROT 25 HC 70 LIP 23	ESPAGUETIS NAPOLITANA (s/formatge ni derivats) POLLASTRE AL FORN A/ENCIAM I BLAT FRUITA DEL TEMPS KCAL 736 PROT 25 HC 71 LIP 30	LLENTIES ESTOFADES TRUITA DE PATATES AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 712 PROT 23 HC 69 LIP 24

SOPARS

AMANIDA DE CIGRONS BROQUETA DE GALL D'INDI FRUITA DEL TEMPS	ESCALIVADA OUS AMB PATATES I PERNIL FRUITA DEL TEMPS	GASPATXO AMB CROSTONS BACALLÀ AMB ALL I OLI IOGURT SENSE LACTOSA	TRIO DE COLS BISTEC DE VEDELLA FRUITA DEL TEMPS
---	--	--	---

7-jun-2021	8-jun-2021	9-jun-2021	10-jun-2021	11-jun-2021
ARROS AMB TOMÀQUET BUTIFARRA AMB XIPS FRUITA DEL TEMPS KCAL 690 PROT 25 HC 70 LIP 23	MONGETA TENDRA AMB PATATA GALL D'INDI A LA PLANXA ENCIAM I BLAT MORO FRUITA DEL TEMPS KCAL 727 PROT 28 HC 76 LIP 25	ESPAGUETIS AMB VERDURES (s/formatge ni derivats) POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT SENSE LACTOSA KCAL 737 PROT 28 HC 70 LIP 31	SOPA DE BROU BISTEC AMB SALSXA XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS KCAL 730 PROT 23 HC 74 LIP 27	LLENTIES AMB VERDURES LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM I BLAT FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 24 HC 73 LIP 25

SOPARS

CREMA DE PORRO AMB POMA CALAMARS PLANXA ALL I JULIVERT FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VARIADA HUMMUS AMB BASTONETS IOGURT SENSE LACTOSA	ALBERGINIA FARCIDA AMB BULGUR HAMBURGUESA VEGETAL FRUITA DEL TEMPS	VERDURETES SALTEJADES TRUITA DE PATATA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA AMB ÀPID PIZZA DE PERNIL (s/lactosa) FRUITA DEL TEMPS
---	---	--	---	---

14-jun-2021	15-jun-2021	16-jun-2021	17-jun-2021	18-jun-2021
MONGETA TENDRA AMB PATATA SALSITXES DE PORC A/ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS KCAL 727 PROT 28 HC 76 LIP 25	SOPA DE BROU AMB GALETS ESTOFAT DE GALL D'INDI FRUITA DEL TEMPS KCAL 730 PROT 23 HC 74 LIP 27	ARROS AMB TOMÀQUET LLOM A LA PLANXA AMB ENCIAM I TOMÀQUET IOGURT SENSE LACTOSA KCAL 736 PROT 25 HC 71 LIP 30	CIGRONS SALTEJATS AMB ALLET LLUÇ A LA MARINERA FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 24 HC 73 LIP 25	ESPAGUETTIS A/TOMÀQUET (s/formatge) PRIMARIA: LLOM ARREBOSSAT AMB AMANIDA SECUNDARIA: PIZZA DE VERDURES (s/lactosa) FRUITA DEL TEMPS KCAL 735 PROT 27 HC 72 LIP 32

SOPARS

CUS CUS DE VERDURES SALMÓ A LA TARONJA IOGURT SENSE LACTOSA	BRESSA DE VERDURES TRUITA FRANCESA FRUITA DEL TEMPS	VICHYSOISE (s/lactosa) PASTÍS DE TOFU AMB VERDURES FRUITA DEL TEMPS	XAMPINYONS SALTEJATS CONILL AL FORN AMB PINYONS FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VERDA RAP A L'ALL CREMAT FRUITA DEL TEMPS
---	---	---	--	---

EL MENÚ DELS SEUS FILLS



DEL 21 AL 22 DE JUNY DE 2021

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

NO LACTOSA

21-jun-2021	22-jun-2021			
LLENTÍES ESTOFADES	SOPA DE BROU AMB PASTA			
POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	LLOM A LA PLANXA AMB TOMÀQUET AMANIT			
KCAL 709 PROT 24 HC 73 LIP 23	GELAT (s/lactosa)/TRINARANJUS KCAL 721 PROT 24 HC 70 LIP 27			

SOPARS

AMANIDA D'ARRÒS OUS AL FORN FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE MELÓ AMB MENTA COCA DE RECAPTE AMB TONYINA FRUITA DEL TEMPS			
--	---	--	--	--

BONES VACANCES

SOPARS

--	--	--	--	--

- * DOS COPS A LA SETMANA PÀ INTEGRAL
- * OLI D'OLIVA VERGE . OLI DE FREGIR ALT OLÈIC. SAL IODADA
- * Aquesta minuta pot sofrir alguna variació, en cas de força major

SUPERVISORA
ALÍCIA ROCA
DIETISTA-NUTRICIONISTA
CRISTINA ECHEVARRIA
NUM COL: CAT001118



EL MENÚ DELS SEUS FILLS



DEL 01 AL 18 DE JUNY 2021

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

CELIAC

	1-jun-2021	2-jun-2021	3-jun-2021	4-jun-2021
	MONGETA TENDRA AMB PATATES LLUÇ AL FORN AMB SANFAINA FRUITA DEL TEMPS KCAL 724 PROT 26 HC 72 LIP 26	ARROS AMB TOMÀQUET SALSITXES AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT NATURAL KCAL 690 PROT 25 HC 70 LIP 23	ESPAGUETIS CARBONARA (sense gluten) POLLASTRE AL FORN A/ENCIAM I BLAT FRUITA DEL TEMPS KCAL 736 PROT 25 HC 71 LIP 30	LLENTIES ESTOFADES TRUITA DE PATATES AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 712 PROT 23 HC 69 LIP 24

SOPARS

AMANIDA DE CIGRONS BROQUETA DE GALL D'INDI FRUITA DEL TEMPS	ESCALIVADA OUS AMB PATATES I PERNIL FRUITA DEL TEMPS	GASPATXO AMB PICADA BACALLÀ AMB ALL I OLI IOGURT NATURAL	TRIO DE COLS BISTEC DE VEDELLA FRUITA DEL TEMPS
---	--	--	---

7-jun-2021	8-jun-2021	9-jun-2021	10-jun-2021	11-jun-2021
ARROS AMB TOMÀQUET BUTIFARRA AMB XIPS FRUITA DEL TEMPS KCAL 690 PROT 25 HC 70 LIP 23	MONGETA TENDRA AMB PATATA GALL D'INDI A LA PLANXA ENCIAM I BLAT MORO FRUITA DEL TEMPS KCAL 727 PROT 28 HC 76 LIP 25	ESPAGUETIS AMB VERDURES (sense gluten) POLLASTRE PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT NATURAL KCAL 737 PROT 28 HC 70 LIP 31	SOPA DE BROU (sense gluten) BISTEC AMB SALSIA XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS KCAL 730 PROT 23 HC 74 LIP 27	LLENTIES AMB VERDURES LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM I BLAT FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 24 HC 73 LIP 25

SOPARS

CREMA DE PORRO AMB POMA CALAMARS PLANXA ALL I JULIVERT FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VARIADA HUMMUS AMB CRUDITÉS IOGURT NATURAL	ALBERGINIA FARCIDA AMB ARRÓS HAMBURGUESA VEGETAL FRUITA DEL TEMPS	VERDURETES SALTEJADES TRUITA DE PATATA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA AMB ÀPID PIZZA DE PERNIL (sense gluten) FRUITA DEL TEMPS
---	--	---	---	--

14-jun-2021	15-jun-2021	16-jun-2021	17-jun-2021	18-jun-2021
MONGETA TENDRA AMB PATATA SALSITXES DE PORC A/ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS KCAL 727 PROT 28 HC 76 LIP 25	SOPA DE BROU AMB GALETS (sense gluten) ESTOFAT DE GALL D'INDI FRUITA DEL TEMPS KCAL 730 PROT 23 HC 74 LIP 27	ARROS AMB TOMÀQUET LLOM A LA PLANXA AMB ENCIAM I TOMÀQUET IOGURT NATURAL KCAL 736 PROT 25 HC 71 LIP 30	CIGRONS SALTEJATS AMB BACÓ LLUÇ A LA MARINERA FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 24 HC 73 LIP 25	ESPAGUETTIS A/TOMÀQUET (s/gluten) PRIMARIA: LLOM PLANXA AMB AMANIDA SECUNDARIA: PIZZA DE VERDURES (s/gluten) FRUITA DEL TEMPS KCAL 735 PROT 27 HC 72 LIP 32

SOPARS

ARRÓS DE VERDURES SALMÓ A LA TARONJA IOGURT NATURAL	BRESSA DE VERDURES TRUITA DE FORMATGE FRUITA DEL TEMPS	VICHYSOISE PASTÍS DE TOFU AMB VERDURES FRUITA DEL TEMPS	XAMPINYONS SALTEJATS CONILL AL FORN AMB PINYONS FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VERDA RAP A L'ALL CREMAT FRUITA DEL TEMPS
---	--	---	--	---

EL MENÚ DELS SEUS FILLS



DEL 21 AL 22 DE JUNY DE 2021

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

CELIAC

21-jun-2021	22-jun-2021			
LLENTÍES ESTOFADES	SOPA DE BROU			
POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	AMB PASTA (sense gluten) LLOM A LA PLANXA AMB TOMÀQUET AMANIT GELAT (sense gluten) / TRINARANJUS			
KCAL 709 PROT 24 HC 73 LIP 23	KCAL 721 PROT 24 HC 70 LIP 27			

SOPARS

AMANIDA D'ARRÒS	SOPA DE MELÓ AMB MENTA			
OUS GRATINATS	COCA DE RECAPTE (SENSE GLUTEN)			
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS			

BONES VACANCES

SOPARS

--	--	--	--	--

- * DOS COPS A LA SETMANA PÀ INTEGRAL
- * OLI D'OLIVA VERGE . OLI DE FREGIR ALT OLÈIC. SAL IODADA
- * Aquesta minuta pot sofrir alguna variació, en cas de força major

SUPERVISORA
ALÍCIA ROCA
DIETISTA-NUTRICIONISTA
CRISTINA ECHEVARRIA
NUM COL: CAT001118



EL MENÚ DELS SEUS FILLS



DEL 01 AL 18 DE JUNY 2021

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

NO OU, NO PEIX

	1-jun-2021	2-jun-2021	3-jun-2021	4-jun-2021
	MONGETA TENDRA AMB PATATES GALL D'INDI AMB SANFAINA FRUITA DEL TEMPS KCAL 724 PROT 26 HC 72 LIP 26	ARROS AMB TOMÀQUET SALSITXES AMB ENCIAM I PASTANAGA IOGURT NATURAL KCAL 690 PROT 25 HC 70 LIP 23	ESPAGUETIS NAPOLITANA POLLASTRE AL FORN A/ENCIAM I BLAT FRUITA DEL TEMPS KCAL 736 PROT 25 HC 71 LIP 30	LLENTIES ESTOFADES BISTEC DE VEDELLA AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 712 PROT 23 HC 69 LIP 24

SOPARS

AMANIDA DE CIGRONS BROQUETA DE TOFU FRUITA DEL TEMPS	ESCALIVADA POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	GASPATXO AMB CROSTONS LLOM A LA PLANXA IOGURT NATURAL	TRIO DE COLS BISTEC DE VEDELLA FRUITA DEL TEMPS
--	---	---	---

7-jun-2021	8-jun-2021	9-jun-2021	10-jun-2021	11-jun-2021
ARROS AMB TOMÀQUET BUTIFARRA AMB XIPS FRUITA DEL TEMPS KCAL 690 PROT 25 HC 70 LIP 23	MONGETA TENDRA AMB PATATA GALL D'INDI A LA PLANXA ENCIAM I BLAT MORO FRUITA DEL TEMPS KCAL 727 PROT 28 HC 76 LIP 25	ESPAGUETIS AMB VERDURES PIT DE POLLASTRE PLANXA AMB ENCIAM I PASTANAGA IOGURT NATURAL KCAL 737 PROT 28 HC 70 LIP 31	SOPA DE BROU BISTEC AMB SALSXA XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS KCAL 730 PROT 23 HC 74 LIP 27	LLENTIES AMB VERDURES LLOM A LA PLANXA AMB ENCIAM I BLAT FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 24 HC 73 LIP 25

SOPARS

CREMA DE PORRO AMB POMA POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VARIADA HUMMUS AMB BASTONETS IOGURT NATURAL	ALBERGINIA FARCIDA AMB BULGUR HAMBURGUESA VEGETAL FRUITA DEL TEMPS	VERDURETES SALTEJADES CONILL AL FORN FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA AMB ÀPID PIZZA DE PERNIL FRUITA DEL TEMPS
--	---	--	---	---

14-jun-2021	15-jun-2021	16-jun-2021	17-jun-2021	18-jun-2021
MONGETA TENDRA AMB PATATA SALSITXES DE PORC A/ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 727 PROT 28 HC 76 LIP 25	SOPA DE BROU AMB GALETS ESTOFAT DE GALL D'INDI FRUITA DEL TEMPS KCAL 730 PROT 23 HC 74 LIP 27	ARROS AMB TOMÀQUET LLOM PLANXA AMB ENCIAM I TOMÀQUET IOGURT NATURAL KCAL 736 PROT 25 HC 71 LIP 30	CIGRONS SALTEJATS AMB BACÓ POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 24 HC 73 LIP 25	ESPAGUETTIS A/TOMÀQUET PRIMARIA: LLOM PLANXA AMB AMANIDA SECUNDARIA: PIZZA DE VERDURES (s/ou) FRUITA DEL TEMPS KCAL 735 PROT 27 HC 72 LIP 32

SOPARS

CUS CUS DE VERDURES LLENTIES SALTEJADES IOGURT NATURAL	BRESSA DE VERDURES CROQUETES VEGETALS FRUITA DEL TEMPS	VICHYSSEOISE AMB CROSTONS PASTÍS DE TOFU AMB VERDURES FRUITA DEL TEMPS	XAMPINYONS SALTEJATS CONILL AL FORN AMB PINYONS FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VERDA LLOM A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS
--	--	--	--	---

EL MENÚ DELS SEUS FILLS



DEL 21 AL 22 DE JUNY DE 2021

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

NO OU, NO PEIX

21-jun-2021	22-jun-2021			
LLENTÍES ESTOFADES	SOPA DE BROU AMB PASTA			
PIT DE POLLASTRE PLANXA AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	LLOM A LA PLANXA AMB TOMÀQUET AMANIT			
KCAL 709 PROT 24 HC 73 LIP 23	GELAT (sense ou) / TRINARANJUS KCAL 721 PROT 24 HC 70 LIP 27			

SOPARS

AMANIDA D'ARRÒS TOFU MARINAT FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE MELÓ AMB MENTA COCA DE RECAPTE AMB FORMATGE FRUITA DEL TEMPS			
---	--	--	--	--

BONES VACANCES

SOPARS

--	--	--	--	--

- * DOS COPS A LA SETMANA PÀ INTEGRAL
- * OLI D'OLIVA VERGE . OLI DE FREGIR ALT OLÈIC. SAL IODADA
- * Aquesta minuta pot sofrir alguna variació, en cas de força major

SUPERVISORA
ALÍCIA ROCA
DIETISTA-NUTRICIONISTA
CRISTINA ECHEVARRIA
NUM COL: CAT001118



EL MENÚ DELS SEUS FILLS



DEL 01 AL 18 DE JUNY 2021

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

NO OU

	1-jun-2021	2-jun-2021	3-jun-2021	4-jun-2021
	MONGETA TENDRA AMB PATATES LLUÇ AL FORN AMB SANFAINA FRUITA DEL TEMPS KCAL 724 PROT 26 HC 72 LIP 26	ARROS AMB TOMÀQUET SALSITXES AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT NATURAL KCAL 690 PROT 25 HC 70 LIP 23	ESPAGUETIS NAPOLITANA POLLASTRE AL FORN A/ENCIAM I BLAT FRUITA DEL TEMPS KCAL 736 PROT 25 HC 71 LIP 30	LLENTIES ESTOFADES BISTEC DE VEDELLA AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 712 PROT 23 HC 69 LIP 24

SOPARS

AMANIDA DE CIGRONS BROQUETA DE GALL D'INDI FRUITA DEL TEMPS	ESCALIVADA PEIX A LA PLANXA AMB PATATES FRUITA DEL TEMPS	GASPATXO AMB CROSTONS BACALLÀ AMB ALL I OLI IOGURT NATURAL	TRIO DE COLS BISTEC DE VEDELLA FRUITA DEL TEMPS
---	--	--	---

7-jun-2021	8-jun-2021	9-jun-2021	10-jun-2021	11-jun-2021
ARROS AMB TOMÀQUET BUTIFARRA AMB XIPS FRUITA DEL TEMPS KCAL 690 PROT 25 HC 70 LIP 23	MONGETA TENDRA AMB PATATA GALL D'INDI A LA PLANXA ENCIAM I BLAT MORO FRUITA DEL TEMPS KCAL 727 PROT 28 HC 76 LIP 25	ESPAGUETIS AMB VERDURES PIT DE POLLASTRE PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT NATURAL KCAL 737 PROT 28 HC 70 LIP 31	SOPA DE BROU BISTEC AMB SALSA XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS KCAL 730 PROT 23 HC 74 LIP 27	LLENTIES AMB VERDURES LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM I BLAT FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 24 HC 73 LIP 25

SOPARS

CREMA DE PORRO AMB POMA CALAMARS PLANXA ALL I JULIVERT FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VARIADA HUMMUS AMB BASTONETS IOGURT NATURAL	ALBERGINIA FARCIDA AMB BULGUR HAMBURGUESA VEGETAL FRUITA DEL TEMPS	VERDURETES SALTEJADES PEIX AL FORN FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA AMB ÀPID PIZZA DE PERNIL FRUITA DEL TEMPS
---	---	--	---	---

14-jun-2021	15-jun-2021	16-jun-2021	17-jun-2021	18-jun-2021
MONGETA TENDRA AMB PATATA SALSITXES DE PORC A/ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS KCAL 727 PROT 28 HC 76 LIP 25	SOPA DE BROU AMB GALETS ESTOFAT DE GALL D'INDI FRUITA DEL TEMPS KCAL 730 PROT 23 HC 74 LIP 27	ARROS AMB TOMÀQUET LLOM PLANXA AMB ENCIAM I TOMÀQUET IOGURT NATURAL KCAL 736 PROT 25 HC 71 LIP 30	CIGRONS SALTEJATS AMB BACÓ LLUÇ A LA MARINERA FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 24 HC 73 LIP 25	ESPAGUETTIS A/TOMÀQUET PRIMARIA: LLOM PLANXA AMB AMANIDA SECUNDARIA: PIZZA DE VERDURES (s/ou) FRUITA DEL TEMPS KCAL 735 PROT 27 HC 72 LIP 32

SOPARS

CUS CUS DE VERDURES SALMÓ A LA TARONJA IOGURT NATURAL	BRESSA DE VERDURES CROQUETES VEGETALS FRUITA DEL TEMPS	VICHYSSEOISE AMB CROSTONS PASTÍS DE TOFU AMB VERDURES FRUITA DEL TEMPS	XAMPINYONS SALTEJATS CONILL AL FORN AMB PINYONS FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VERDA RAP A L'ALL CREMAT FRUITA DEL TEMPS
---	--	--	--	---

EL MENÚ DELS SEUS FILLS



DEL 21 AL 22 DE JUNY DE 2021

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

NO OU

21-jun-2021	22-jun-2021			
LLENTÍES ESTOFADES	SOPA DE BROU AMB PASTA			
PIT DE POLLASTRE PLANXA AMB ENCIAM I TOMÀQUET	LLOM A LA PLANXA AMB TOMÀQUET AMANIT			
FRUITA DEL TEMPS	GELAT (sense ou) / TRINARANJUS			
KCAL 709 PROT 24 HC 73 LIP 23	KCAL 721 PROT 24 HC 70 LIP 27			

SOPARS

AMANIDA D'ARRÒS	SOPA DE MELÓ AMB MENTA			
PEIX AL FORN AMB CEBA	COCA DE RECAPTE AMB TONYINA			
FRUITA DEL TEMPS	FRUITA DEL TEMPS			

BONES VACANCES

SOPARS

--	--	--	--	--

- * DOS COPS A LA SETMANA PÀ INTEGRAL
- * OLI D'OLIVA VERGE . OLI DE FREGIR ALT OLÈIC. SAL IODADA
- * Aquesta minuta pot sofrir alguna variació, en cas de força major

SUPERVISORA

ALÍCIA ROCA

DIETISTA-NUTRICIONISTA

CRISTINA ECHEVARRIA

NUM COL: CAT001118



EL MENÚ DELS SEUS FILLS



DEL 01 AL 18 DE JUNY 2021

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

NO PEIX

	1-jun-2021	2-jun-2021	3-jun-2021	4-jun-2021
	MONGETA TENDRA AMB PATATES GALL D'INDI AMB SANFAINA FRUITA DEL TEMPS KCAL 724 PROT 26 HC 72 LIP 26	ARROS AMB TOMÀQUET SALSITXES AMB ENCIAM I PASTANAGA IOGURT NATURAL KCAL 690 PROT 25 HC 70 LIP 23	ESPAGUETIS CARBONARA POLLASTRE AL FORN A/ENCIAM I BLAT FRUITA DEL TEMPS KCAL 736 PROT 25 HC 71 LIP 30	LLENTIES ESTOFADES TRUITA DE PATATES AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 712 PROT 23 HC 69 LIP 24
SOPARS				
	AMANIDA DE CIGRONS BROQUETA DE TOFU FRUITA DEL TEMPS	ESCALIVADA OUS AMB PATATES I PERNIL FRUITA DEL TEMPS	GASPATXO AMB CROSTONS LLOM A LA PLANXA IOGURT NATURAL	TRIO DE COLS BISTEC DE VEDELLA FRUITA DEL TEMPS

7-jun-2021	8-jun-2021	9-jun-2021	10-jun-2021	11-jun-2021
ARROS AMB TOMÀQUET BUTIFARRA AMB XIPS FRUITA DEL TEMPS KCAL 690 PROT 25 HC 70 LIP 23	MONGETA TENDRA AMB PATATA GALL D'INDI A LA PLANXA ENCIAM I BLAT MORO FRUITA DEL TEMPS KCAL 727 PROT 28 HC 76 LIP 25	ESPAGUETIS AMB VERDURES NUGGETS AMB ENCIAM I PASTANAGA IOGURT NATURAL KCAL 737 PROT 28 HC 70 LIP 31	SOPA DE BROU BISTEC AMB SALSXA XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS KCAL 730 PROT 23 HC 74 LIP 27	LLENTIES AMB VERDURES LLOM A LA PLANXA AMB ENCIAM I BLAT FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 24 HC 73 LIP 25
SOPARS				
CREMA DE PORRO AMB POMA HAMBURGUESA VEGETAL FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VARIADA HUMMUS AMB BASTONETS IOGURT NATURAL	ALBERGINIA FARCIDA AMB BULGUR HAMBURGUESA VEGETAL FRUITA DEL TEMPS	VERDURETES SALTEJADES TRUITA DE PATATA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA AMB ÀPID PIZZA DE PERNIL FRUITA DEL TEMPS

14-jun-2021	15-jun-2021	16-jun-2021	17-jun-2021	18-jun-2021
MONGETA TENDRA AMB PATATA SALSITXES DE PORC A/ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 727 PROT 28 HC 76 LIP 25	SOPA DE BROU AMB GALETS ESTOFAT DE GALL D'INDI FRUITA DEL TEMPS KCAL 730 PROT 23 HC 74 LIP 27	ARROS AMB TOMÀQUET LLIBRET DE LLOM AMB ENCIAM I TOMÀQUET IOGURT NATURAL KCAL 736 PROT 25 HC 71 LIP 30	CIGRONS SALTEJATS AMB BACÓ POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 PROT 24 HC 73 LIP 25	ESPAGUETTIS A/TOMÀQUET PRIMARIA: LLOM ARREBOSSAT AMB AMANIDA SECUNDARIA: PIZZA DE VERDURES FRUITA DEL TEMPS KCAL 735 PROT 27 HC 72 LIP 32
SOPARS				
CUS CUS DE VERDURES LLENTIES SALTEJADES IOGURT NATURAL	BRESSA DE VERDURES TRUITA DE FORMATGE FRUITA DEL TEMPS	VICHYSOISE AMB CROSTONS PASTÍS DE TOFU AMB VERDURES FRUITA DEL TEMPS	XAMPINYONS SALTEJATS CONILL AL FORN AMB PINYONS FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA VERDA TRUITA DE PERNIL FRUITA DEL TEMPS


EL MENÚ DELS SEUS FILLS



DEL 21 AL 22 DE JUNY 2021

COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

NO PEIX

21-jun-2021	22-jun-2021			
LLENTÍES ESTOFADES CROQUETES DE POLLASTRE AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS KCAL 709 PROT 24 HC 73 LIP 23	SOPA DE BROU AMB PASTA CANALONS GRATINATS GELAT/TRINARANJUS KCAL 721 PROT 24 HC 70 LIP 27			
SOPARS				
AMANIDA D'ARRÒS OUS GRATINATS FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE MELÓ AMB MENTA COCA DE RECAPTE AMB FORMATGE FRUITA DEL TEMPS			

BONES VACANCES

SOPARS

- * DOS COPS A LA SETMANA PÀ INTEGRAL
- * OLI D'OLIVA VERGE . OLI DE FREGIR ALT OLÈIC. SAL IODADA
- * Aquesta minuta pot sofrir alguna variació, en cas de força major

SUPERVISORA
ALÍCIA ROCA
DIETISTA-NUTRICIONISTA
CRISTINA ECHEVARRIA
NUM COL: CAT001118

