

MENÚ CASAL D'ESTIU 2022 SAGRADA FAMÍLIA SABADELL



Cristina Echevaría
Dietista-nutricionista
Alicia Roca
Supervisora

GENERAL

1ª SETMANA	DILLUNS 27/06	DIMARTS 28/06	DIMECRES 29/06	DIJOUS 30/06	DIVENDRES 01/07
	AMANIDA DE LLENTIES CROQUETES AMB ENCIAM I PASTANAGA KCAL 720 / PROT 22 / HC 74 / LIP 28	ARRÓS AMB TOMÀQUET TRUITA FRANCESA A/ TALL DE PERNIL DOLÇ I ENCIAM KCAL 680 / PROT 25 / HC 74 / LIP 24	CREMA DE CARBASSÓ NUGGETS DE POLLASTRE AMB ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 / PROT 25 / HC 74 / LIP 24	AMANIDA DE PASTA LLUÇ AL FORN AMB PATATES PATATES GELAT KCAL 712 / PROT 23 / HC 76 / LIP 25	PICNICS PER TOTS !!!! (HAMBURGUESA)
	FRUITA DEL TEMPS KCAL 720 / PROT 22 / HC 74 / LIP 28	FRUITA DEL TEMPS KCAL 680 / PROT 25 / HC 74 / LIP 24	FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 / PROT 25 / HC 74 / LIP 24	GELAT KCAL 712 / PROT 23 / HC 76 / LIP 25	
2ª SETMANA	DILLUNS 04/07	DIMARTS 05/07	DIMECRES 06/07	DIJOUS 07/07	DIVENDRES 08/07
	AMANIDA VARIADA AMB OU DUR I TONYINA CANELONS AMB BEIXAMEL FRUITA DEL TEMPS KCAL 711 / PROT 21 / HC 82 / LIP 25	ESPAGUETTIS CARBONARA LLUÇ A LA ANDALUSA AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 723 / PROT 21 / HC 78 / LIP 27	PICNICS PER TOTS !!!! (LLOM ARREBOSSAT)	AMANIDA DE CIGRONS TRUITA DE PATATES AMB ENCIAM I OLIVES GELAT KCAL 715 / PROT 23 / HC 73 / LIP 24	P-3/P-4/P-5 ARRÓS AMB TOMÀQUET SALSITXES AMB AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS DE 1º A 6º PICNIC PISCINA (SALSITXES) KCAL 727 / PROT 26 / HC 77 / LIP 27
	FRUITA DEL TEMPS KCAL 711 / PROT 21 / HC 82 / LIP 25	FRUITA DEL TEMPS KCAL 723 / PROT 21 / HC 78 / LIP 27		GELAT KCAL 715 / PROT 23 / HC 73 / LIP 24	
3ª SETMANA	DILLUNS 11/07	DIMARTS 12/07	DIMECRES 13/07	DIJOUS 14/07	DIVENDRES 15/07
	MONGETA TENDRA I PATATA TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA VARIADA FRUITA DEL TEMPS KCAL 689 / PROT 27 / HC 89 / LIP 23	MACARRONS A/FORMATGE LLUÇ A LA ROMANA AMB VERDURETES FRUITA DEL TEMPS KCAL 712 / PROT 23 / HC 76 / LIP 25	PICNICS PER TOTS !!!! (POLLASTRE ARREBOSSAT)	CREMA DE CARBASSÓ CROQUETES DE PERNIL AMB ENCIAM I PASTANAGA GELAT KCAL 689 / PROT 24 / HC 81 / LIP 23	P-3/P-4/P-5 AMANIDA DE LLENTIES HAMBURGUESA AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS DE 1º A 6º PICNIC PISCINA (HAMBURGUESA) KCAL 680 / PROT 23 / HC 74 / LIP 29
	FRUITA DEL TEMPS KCAL 689 / PROT 27 / HC 89 / LIP 23	FRUITA DEL TEMPS KCAL 712 / PROT 23 / HC 76 / LIP 25		GELAT KCAL 689 / PROT 24 / HC 81 / LIP 23	
4ª SETMANA	DILLUNS 18/07	DIMARTS 19/07	DIMECRES 20/07	DIJOUS 21/07	DIVENDRES 22/07
	ESPAGUETTIS BOLONYESA TRUITA DE PATATES AMB TOMÀQUET NATURAL FRUITA DEL TEMPS KCAL 720 / PROT 23 / HC 80 / LIP 28	AMANIDA DE CIGRONS PEIX AL FORN AMB ENCIAM I BROTS DE SOJA FRUITA DEL TEMPS KCAL 705 / PROT 24 / HC 78 / LIP 26	PICNICS PER TOTS !!!! (LLOM ARREBOSSAT)	MONGETA AMB PATATA NUGGETS DE POLLASTRE AMB ENCIAM I OLIVES GELAT KCAL 712 / PROT 23 / HC 76 / LIP 25	P-3/P-4/P-5 CREMA DE CARBASSÓ SALSITXES AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS DE 1º A 6º PICNIC PISCINA (SALSITXES) KCAL 689 / PROT 27 / HC 89 / LIP 23
	FRUITA DEL TEMPS KCAL 720 / PROT 23 / HC 80 / LIP 28	FRUITA DEL TEMPS KCAL 705 / PROT 24 / HC 78 / LIP 26		GELAT KCAL 712 / PROT 23 / HC 76 / LIP 25	
5ª SETMANA	DILLUNS 25/07	DIMARTS 26/07	DIMECRES 27/07	DIJOUS 28/07	DIVENDRES 29/07
	MONGETA AMB PATATA CROQUETES AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS KCAL 680 / PROT 25 / HC 74 / LIP 24	AMANIDA DE LLENTIES TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 / PROT 25 / HC 74 / LIP 24	PICNICS PER TOTS !!!! (HAMBURGUESA)	ARRÓS A LA MILANESA LLUÇ AL FORN AMB PATATA PANADERA GELAT KCAL 720 / PROT 26 / HC 69 / LIP 27	P-3/P-4/P-5 MACARRONS NAPOLITANA LLOM ARREBOSSAT AMB PATATES FREGIDES FRUITA DEL TEMPS DE 1º A 6º PICNIC PISCINA (LLOM ARREBOSSAT) KCAL 711 / PROT 21 / HC 82 / LIP 25
	FRUITA DEL TEMPS KCAL 680 / PROT 25 / HC 74 / LIP 24	FRUITA DEL TEMPS KCAL 715 / PROT 25 / HC 74 / LIP 24		GELAT KCAL 720 / PROT 26 / HC 69 / LIP 27	

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

*Tots els àpats estaran sempre

acompanyats d'aigua i pa.