



DIETA: BASAL

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	1	DIJOUS	2	DIVENDRES	3
1ª SETMANA	<b>TEMPS DE FLORS</b>		<b>Festiu</b>		Arròs amb samfaina Truita de carbassó Amanida variada logurt natural		Macarrons a la Napolitana (salsa de tomàquet casolà i formatge rallat) Croquetes de bacallà Amanida variada Fruita de temporada	
	K   H   P   L		K   H   P   L		K   607,8   H   88,8   P   18,1   L   19,2		K   718,2   H   69,2   P   24,7   L   42,0	
2ª SETMANA	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10	Amanida de pasta (blat de moro, pipes, tomàquet, col lombarda i olives) Filet de gallineta a la planxa Amanida variada Fruita de temporada		
	K   733,2   H   77,9   P   37,1   L   29,5		K   726,9   H   71,9   P   36,5   L   33,1		K   617,3   H   53,3   P   29,7   L   32,0		K   818,1   H   85,6   P   28,0   L   40,6	
3ª SETMANA	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17	Llenties amb verdures (pastanaga, ceba i tomàquet) Pollastre al forn Amanida variada Fruita de temporada		
	K   711,9   H   75,9   P   19,0   L   40,8		K   539,1   H   75,5   P   33,5   L   11,5		K   868,1   H   51,0   P   35,9   L   57,5		K   716,4   H   85,6   P   23,7   L   30,3	
4ª SETMANA	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24	Pure de patata Llibrets de gall dindi (amb formatge) Amanida variada Fruita de temporada		
	K   711,9   H   75,9   P   19,0   L   40,8		K   539,1   H   75,5   P   33,5   L   11,5		K   868,1   H   51,0   P   35,9   L   57,5		K   716,4   H   85,6   P   23,7   L   30,3	
5ª SETMANA	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 31	Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta..) *maionesa a banda Pernillets de pollastre al forn Fruita de temporada		
	K   711,9   H   75,9   P   19,0   L   40,8		K   539,1   H   75,5   P   33,5   L   11,5		K   868,1   H   51,0   P   35,9   L   57,5		K   716,4   H   85,6   P   23,7   L   30,3	
6ª SETMANA	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10	Amanida de patates (tonyina, pastanaga, olives i blat de moro) *maionesa a banda Truita francesa amb formatge Amanida variada logurt natural		
	K   711,9   H   75,9   P   19,0   L   40,8		K   539,1   H   75,5   P   33,5   L   11,5		K   868,1   H   51,0   P   35,9   L   57,5		K   716,4   H   85,6   P   23,7   L   30,3	
7ª SETMANA	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17	Llenties amb verdures (pastanaga, ceba i tomàquet) Bistec de pollastre a la planxa Amanida variada Fruita de temporada		
	K   711,9   H   75,9   P   19,0   L   40,8		K   539,1   H   75,5   P   33,5   L   11,5		K   868,1   H   51,0   P   35,9   L   57,5		K   716,4   H   85,6   P   23,7   L   30,3	
8ª SETMANA	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24	Amanida de llegums ( tonyina, tomàquet, pastanaga i olives) Truita de carbassó Amanida variada logurt sabors		
	K   711,9   H   75,9   P   19,0   L   40,8		K   539,1   H   75,5   P   33,5   L   11,5		K   868,1   H   51,0   P   35,9   L   57,5		K   716,4   H   85,6   P   23,7   L   30,3	
9ª SETMANA	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 31	Espirals amb salsa tomàquet i xampinyons Lluç al forn Amanida variada Fruita de temporada		
	K   711,9   H   75,9   P   19,0   L   40,8		K   539,1   H   75,5   P   33,5   L   11,5		K   868,1   H   51,0   P   35,9   L   57,5		K   716,4   H   85,6   P   23,7   L   30,3	
10ª SETMANA	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10	Mongeta tendra i patata Pernillets de pollastre Amanida variada Fruita de temporada		
	K   711,9   H   75,9   P   19,0   L   40,8		K   539,1   H   75,5   P   33,5   L   11,5		K   868,1   H   51,0   P   35,9   L   57,5		K   716,4   H   85,6   P   23,7   L   30,3	
11ª SETMANA	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17	Vichyssoise (crema freda de patata i porro) Estofat de vedella a la jardineria (pèsols, tomàquet i pastanaga) Fruita de temporada		
	K   711,9   H   75,9   P   19,0   L   40,8		K   539,1   H   75,5   P   33,5   L   11,5		K   868,1   H   51,0   P   35,9   L   57,5		K   716,4   H   85,6   P   23,7   L   30,3	
12ª SETMANA	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24	Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols i truita) Bacallà al forn Amanida variada Fruita de temporada		
	K   711,9   H   75,9   P   19,0   L   40,8		K   539,1   H   75,5   P   33,5   L   11,5		K   868,1   H   51,0   P   35,9   L   57,5		K   716,4   H   85,6   P   23,7   L   30,3	
13ª SETMANA	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 31	Espirals a la Napolitana (salsa de tomàquet i formatge rallat) Llibrets de gall dindi (amb formatge) Amanida variada Fruita de temporada		
	K   711,9   H   75,9   P   19,0   L   40,8		K   539,1   H   75,5   P   33,5   L   11,5		K   868,1   H   51,0   P   35,9   L   57,5		K   716,4   H   85,6   P   23,7   L   30,3	



Fruita de temporada			
poma	pera	plàtan	pinya
melo	sindria	taronja	mandarina
kiwi	pressec	pruna	raim

POT VARIAR EN FUNCIÓ DE LA LOGÍSTICA



PRODUCTES SENSE OLI DE PALMA



D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del parlament europeu i del consell de 25 d'octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÈRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren.



PRODUCTE DE PROXIMITAT



\* PRODUCTE ECOLÒGIC: LLENTIES, CIGRONS, PA

Informació nutricional del menú escolar diari

K	Energia (kcal)	P	Proteïna
H	Hidrats de carboni	L	Lípids

(segell dietista centres Eudec)

SERHS FOOD

1 MAIG 2019  
Dpto. Dietètica y Nutrición  
Gemma Puig Nuñez  
Col. Núm. CAT001322

ACOMPANYARÀ AL MENÚ PA I AIGUA

BUFET AMANIDA : TRES INGREDIENTS ENTRE... ENCIAM  
PASTANAGA, OLIVES, TOMÀQUET, COGOMBRE I SOJA



DIETA: NO CARN

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	1	DIJOUS	2	DIVENDRES	3		
1ª SETMANA	<b>TEMPS DE FLORS</b>		<b>Festiu</b>		Arròs amb samfaina Truita de carbassó Amanida variada logurt natural		Macarrons a la Napolitana (salsa de tomàquet casolà i formatge rallat) Croquetes de bacallà Amanida variada Fruita de temporada			
	K   H   P   L		K   H   P   L		K   607,8   H   88,8   P   18,1   L   19,2		K   718,2   H   69,2   P   24,7   L   42,0			
2ª SETMANA	Amanida de pasta (blat de moro, pipes, tomàquet, col lombarda i olives) Filet de gallineta a la planxa Amanida variada Fruita de temporada		Llenties amb verdures (pastanaga, ceba i tomàquet) Truita de carbassó Amanida variada Fruita de temporada		Minestra de verdures (patates, pèsols, pastanaga, mongeta tendra) Hamburguesa de toykina i formatge gratinat Fruita de temporada		Amanida d'arròs (tonyina, olives i blat de moro) Truita francesa amb formatge Amanida variada logurt sabors		Crema d'hortalisses (porro, patata, pèsols, mongeta tendra) Lluç arrebossat Amanida variada Fruita de temporada	
	K   733,2   H   77,9   P   37,1   L   29,5		K   675,5   H   86,4   P   25,1   L   25,4		K   578,0   H   64,0   P   26,8   L   22,6		K   818,1   H   85,6   P   28,0   L   40,6		K   680,8   H   64,3   P   25,2   L   36,4	
3ª SETMANA	Pure de patata Figures de peix Amanida variada Fruita de temporada		Espirals amb salsa tomàquet i xampinyons Lluç al forn Amanida variada Fruita de temporada		Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta...) *maionesa a banda Filet de gallineta amb salsa de tomàquet Fruita de temporada		Cigrons saltejats oli d'oliva Truita de carbassó Amanida variada Gelats		Amanida d'arròs (tonyina, olives, blat de moro i pastanaga) Hamburguesa vegetal Amanida variada Fruita de temporada	
	K   711,9   H   75,9   P   19,0   L   40,8		K   539,1   H   75,5   P   33,5   L   11,5		K   749,0   H   51,2   P   40,5   L   41,7		K   716,4   H   85,6   P   23,7   L   30,3		K   713,7   H   103,8   P   14,9   L   24,8	
4ª SETMANA	<b>Lliure disposició</b>		Minestra Primantier (patates, pèsols, pastanaga, mongeta tendra) Truita de carbassó Amanida variada Fruita de temporada		Arròs amb tomàquet Salmó al forn Amanida variada Fruita de temporada		Amanida de patates (tonyina, pastanaga, olives i blat de moro) *maionesa a banda Truita francesa amb formatge Amanida variada logurt natural		Llenties amb verdures (pastanaga, ceba i tomàquet) Figures de peix Amanida variada Fruita de temporada	
	K   H   P   L		K   573,5   H   70,4   P   15,3   L   25,2		K   648,8   H   82,7   P   33,4   L   20,7		K   692,0   H   46,9   P   28,4   L   46,7		K   855,7   H   86,6   P   37,2   L   41,0	
5ª SETMANA	Mongeta tendra i patata Truita francesa amb formatge Amanida variada Fruita de temporada		Vichyssoise (crema freda de patata i porro) Filet de gallineta amb jardineria (pèsols, tomàquet i pastanaga) Fruita de temporada		Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols i truita) Bacallà al forn Amanida variada Fruita de temporada		Amanida de llegums (tonyina, tomàquet, pastanaga i olives) Truita de carbassó Amanida variada logurt sabors		Espirals a la Napolitana (salsa de tomàquet i formatge rallat) Figures de peix Amanida variada Fruita de temporada	
	K   690,8   H   60,0   P   26,1   L   41,7		K   632,2   H   50,7   P   31,6   L   34,1		K   647,3   H   83,7   P   27,3   L   25,9		K   734,6   H   83,8   P   28,5   L   31,2		K   866,4   H   94,9   P   35,3   L   38,5	



Fruita de temporada			
poma	pera	plàtan	piunya
melo	sindria	taronja	mandarina
kiwi	pressec	pruna	raim

POT VARIAR EN FUNCIÓ DE LA LOGÍSTICA



PRODUCTES SENSE OLI DE PALMA



D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del parlament europeu i del consell de 25 d'octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÈRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren.



PRODUCTE DE PROXIMITAT



\* PRODUCTE ECOLÒGIC: LLENTIES, CIGRONS, PA

Informació nutricional del menú escolar diari

K	Energia (kcal)	P	Proteïna
H	Hidrats de carboni	L	Lípids

(segell dietista centres Eudec)

SERHS FOOD

1 MAIG 2019

Dpto. Pràctica y Nutrición  
Carmen PUIG Nuñez  
col. Núm. GAT001322

ACOMPANYARÀ AL MENÚ PA I AIGUA

BUFET AMANIDA : TRES INGREDIENTS ENTRE... ENCIAM

PASTANAGA, OLIVES, TOMÀQUET, COGOMBRE I SOJA



DIETA: NO PORC

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	1	DIJOUS	2	DIVENDRES	3
1ª SETMANA	<b>TEMPS DE FLORS</b>		<b>Festiu</b>		Arròs amb samfaina Truita de carbassó Amanida variada logurt natural		Macarrons a la Napolitana (salsa de tomàquet casolà i formatge rallat) Croquetes de bacallà Amanida variada Fruita de temporada	
	K   H   P   L		K   H   P   L		K   607,8   H   88,8   P   18,1   L   19,2		K   718,2   H   69,2   P   24,7   L   42,0	
2ª SETMANA	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10	Amanida de pasta (blat de moro, pipes, tomàquet, col lombarda i olives) Filet de gallineta a la planxa Amanida variada Fruita de temporada		
	K   733,2   H   77,9   P   37,1   L   29,5		K   726,9   H   71,9   P   36,5   L   33,1		K   578,0   H   64,0   P   26,8   L   22,6		K   818,1   H   85,6   P   28,0   L   40,6	
3ª SETMANA	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17	Llenties amb verdures (pastanaga, ceba i tomàquet) Pollastre al forn Amanida variada Fruita de temporada		
	K   711,9   H   75,9   P   19,0   L   40,8		K   539,1   H   75,5   P   33,5   L   11,5		K   868,1   H   51,0   P   35,9   L   57,5		K   716,4   H   85,6   P   23,7   L   30,3	
4ª SETMANA	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24	Pure de patata Llibrets de gall dindi (amb formatge) Amanida variada Fruita de temporada		
	K   711,9   H   75,9   P   19,0   L   40,8		K   539,1   H   75,5   P   33,5   L   11,5		K   868,1   H   51,0   P   35,9   L   57,5		K   716,4   H   85,6   P   23,7   L   30,3	
5ª SETMANA	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 31	Espirals amb salsa tomàquet i xampinyons Lluç al forn Amanida variada Fruita de temporada		
	K   711,9   H   75,9   P   19,0   L   40,8		K   539,1   H   75,5   P   33,5   L   11,5		K   868,1   H   51,0   P   35,9   L   57,5		K   716,4   H   85,6   P   23,7   L   30,3	
6ª SETMANA	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10	Lliure disposició		
	K   H   P   L		K   604,3   H   57,0   P   26,1   L   29,4		K   648,8   H   82,7   P   33,4   L   20,7		K   692,0   H   46,9   P   28,4   L   46,7	
7ª SETMANA	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17	Amanida de patates (tonyina, pastanaga, olives i blat de moro) *maionesa a banda Truita francesa amb formatge Amanida variada logurt natural		
	K   711,9   H   75,9   P   19,0   L   40,8		K   539,1   H   75,5   P   33,5   L   11,5		K   868,1   H   51,0   P   35,9   L   57,5		K   716,4   H   85,6   P   23,7   L   30,3	
8ª SETMANA	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24	Llenties amb verdures (pastanaga, ceba i tomàquet) Bistec de pollastre a la planxa Amanida variada Fruita de temporada		
	K   711,9   H   75,9   P   19,0   L   40,8		K   539,1   H   75,5   P   33,5   L   11,5		K   868,1   H   51,0   P   35,9   L   57,5		K   716,4   H   85,6   P   23,7   L   30,3	
9ª SETMANA	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 31	Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols i truita) Bacallà al forn Amanida variada Fruita de temporada		
	K   780,4   H   62,2   P   30,6   L   48,2		K   581,1   H   55,1   P   30,2   L   28,0		K   647,3   H   83,7   P   27,3   L   25,9		K   734,6   H   83,8   P   28,5   L   31,2	
10ª SETMANA	DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10	Amanida de llegums ( tonyina, tomàquet, pastanaga i olives) Truita de carbassó Amanida variada logurt sabors		
	K   780,4   H   62,2   P   30,6   L   48,2		K   581,1   H   55,1   P   30,2   L   28,0		K   647,3   H   83,7   P   27,3   L   25,9		K   734,6   H   83,8   P   28,5   L   31,2	
11ª SETMANA	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17	Espirals a la Napolitana (salsa de tomàquet i formatge rallat) Llibrets de gall dindi (amb formatge) Amanida variada Fruita de temporada		
	K   780,4   H   62,2   P   30,6   L   48,2		K   581,1   H   55,1   P   30,2   L   28,0		K   647,3   H   83,7   P   27,3   L   25,9		K   734,6   H   83,8   P   28,5   L   31,2	



Fruita de temporada			
poma	pera	plàtan	pinya
melo	sindria	taronja	mandarina
kiwi	pressec	pruna	raim

POT VARIAR EN FUNCIÓ DE LA LOGÍSTICA



PRODUCTES SENSE OLI DE PALMA



D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del parlament europeu i del consell de 25 d'octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÈRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren.

Informació nutricional del menú escolar diari

K	Energia (kcal)	P	Proteïna
H	Hidrats de carboni	L	Lípids

(segell dietista centres Eudec)

SERHS FOOD

1 MAIG 2019

Dpto. Bàsica y Nutrición  
Gemma Puig Nufez  
Col. Núm. CAT001322



\* PRODUCTE ECOLÒGIC: LLENTIES, CIGRONS, PA

ACOMPANYARÀ AL MENÚ PA I AIGUA  
BUFET AMANIDA : TRES INGREDIENTS ENTRE... ENCIAM  
PASTANAGA, OLIVES, TOMÀQUET, COGOMBRE I SOJA



DIETA: SENSE GLUTEN

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	1	DIJOUS	2	DIVENDRES	3
1ª SETMANA	<b>TEMPS DE FLORS</b>		<b>Festiu</b>		Arròs amb samfaina Truita de carbassó Amanida variada logurt natural		Macarrons S/G a la Napolitana (salsa de tomàquet casolà i formatge rallat) Croquetes de bacallà Amanida variada Fruita de temporada	
	K   733,2   H 77,9   P 37,1   L 29,5		K   726,9   H 71,9   P 36,5   L 33,1		K   607,8   H 88,8   P 18,1   L 19,2		K   718,2   H 69,2   P 24,7   L 42,0	
2ª SETMANA	Amanida de pasta (S/G) (blat de moro, pipes, tomàquet, col lombarda i olives) Filet de gallineta a la planxa Amanida variada Fruita de temporada		Llenties amb verdures (pastanaga, ceba i tomàquet) Pollastre al forn (17250000) Amanida variada Fruita de temporada		Minestra de verdures (patates, pèsols, pastanaga, mongeta tendra) Llom al forn amb tomàquet i formatge gratinat Fruita de temporada		Crema d'hortalisses (porro, patata, pèsols, mongeta tendra) Filet de lluç al forn Amanida variada Fruita de temporada	
	K   733,2   H 77,9   P 37,1   L 29,5		K   726,9   H 71,9   P 36,5   L 33,1		K   617,3   H 53,3   P 29,7   L 32,0		K   818,1   H 85,6   P 28,0   L 40,6	
3ª SETMANA	Pure de patata Filet de pollastre a la planxa Amanida variada Fruita de temporada		Espirals (S/G) amb salsa tomàquet i xampinyons Lluç al forn Amanida variada Fruita de temporada		Amanida russa (patata, pastanaga, mongeta..) *maionesa a banda Filet de gallineta amb salsa de tomàquet Fruita de temporada		Amanida d'arròs (tonyina, olives, blat de moro i pastanaga) Hamburguesa de vedella a la planxa Amanida variada Fruita de temporada	
	K   549,6   H 62,1   P 25,9   L 25,7		K   572,4   H 81,6   P 30,9   L 13,4		K   749,0   H 51,2   P 40,5   L 41,7		K   716,4   H 85,6   P 23,7   L 30,3	
4ª SETMANA	<b>Lliure disposició</b>		Minestra Primantier (patates, pèsols, pastanaga, mongeta tendra) Hamburguesa de vedella Amanida variada Fruita de temporada		Arròs amb tomàquet Salmó al forn Amanida variada Fruita de temporada		Llenties amb verdures (pastanaga, ceba i tomàquet) Bistec de pollastre a la planxa Amanida variada Fruita de temporada	
	K   H   P   L		K   575,6   H 52,5   P 23,6   L 30,3		K   648,8   H 82,7   P 33,4   L 20,7		K   692,0   H 46,9   P 28,4   L 46,7	
5ª SETMANA	Mongeta tendra i patata Truita a la francesa Amanida variada Fruita de temporada		Vichyssoise (crema freda de patata i porro) Estofat de vedella a la jardineria (pèsols, tomàquet i pastanaga) Fruita de temporada		Arròs amb verdures Bacallà al forn Amanida variada Fruita de temporada		Macarrons (S/G) a la Napolitana (salsa de tomàquet i formatge rallat) Filet de pollastre Amanida variada Fruita de temporada	
	K   566,7   H 59,9   P 23,1   L 29,3		K   581,1   H 55,1   P 30,2   L 28,0		K   647,3   H 83,7   P 27,3   L 25,9		K   734,6   H 83,8   P 28,5   L 31,2	



Fruita de temporada			
poma	pera	plàtan	piunya
melo	sindria	taronja	mandarina
kiwi	pressec	pruna	raim

POT VARIAR EN FUNCIÓ DE LA LOGÍSTICA



PRODUCTES SENSE OLI DE PALMA



D'acord amb el reglament (UE) 1169/2011 del parlament europeu i del consell de 25 d'octubre de 2011, aquest establiment disposa de la informació sobre els AL·LÈRGENS dels aliments que componen els menús que s'elaboren.

Informació nutricional del menú escolar diari

K	Energia (kcal)	P	Proteïna
H	Hidrats de carboni	L	Lípids

(segell dietista centres Eudec)

SERHS FOOD

1 MAIG 2019

Dpto. Pràctica y Nutrición  
Serrana Puig Nuñez  
Col. Núm. CAT001322



\* PRODUCTE ECOLÒGIC: LLENTIES, CIGRONS, PA

ACOMPANYARÀ AL MENÚ PA S/G I AIGUA

BUFET AMANIDA : TRES INGREDIENTS ENTRE... ENCIAM  
PASTANAGA, OLIVES, TOMÀQUET, COGOMBRE I SOJA