



	DIMARTS		1	DIMECRES		2	DIJOUS		3	DIVENDRES		4																												
1º SETMANA			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 verduteres (pastanaga, ceba i tomàquet) Figures de peix Amanida variada Fruita de temporada																															
			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						
	DILLUNS		7	DIMARTS		8	DIMECRES		9	DIJOUS		10	DIVENDRES		11																									
2º 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
	DILLUNS		14	DIMARTS		15	DIMECRES		16	DIJOUS		17	DIVENDRES		18																									
3º SETMANA	Arròs amb salsa de tomàquet Filet de lluç al forn Amanida variada Fruita de temporada		Amanida de pasta (olives, pastanaga i blat de moro) Varetes de verduteres Amanida variada Fruita de temporada		Puré de patata Mandonguilles de lluç a la jardineria (ceba, tomàquet i pastanaga) Fruita de temporada		Empedrat de mongetes (ou, tonyina i olives) Truita de patata Amanida variada Gelats		Minestra de verduteres (patates, pèsols, pastanaga, mongeta tendra) Panini de tonyina Amanida variada Fruita de temporada																															
			K	677,0	H	81,8	P	30,6	L	25,4	K	801,0	H	113,8	P	18,2	L	30,1	K	640,8	H	83,5	P	20,1	L	28,8	K	728,1	H	81,1	P	28,8	L	31,4	K	713,6	H	91,3	P	36,1
	DILLUNS		21	DIMARTS		22	DIMECRES		23	DIJOUS		24	DIVENDRES		25																									
4º SETMANA	Amanida de cigrons (tonyina, tomàquet, pastanaga i olives) Truita de patata Amanida variada Fruita de temporada		Macarrons a la Napolitana (salsa de tomàquet casolà i formatge rallat) Filet de lluç al forn Amanida variada Fruita de temporada		Vichyssoise (crema freda de patata i porro) Filet de gallineta a la planxa amb salsa de tomàquet Fruita de temporada		Arròs amb samfaina Truita de carbassó Amanida variada logurt natural		Mongeta tendra i patata Croquetes de bacallà Amanida variada Fruita de temporada																															
			K	727,8	H	81,7	P	25,1	L	33,2	K	601,8	H	75,5	P	38,2	L	16,4	K	596,4	H	52,7	P	32,7	L	29,0	K	607,8	H	88,8	P	18,1	L	19,2	K	718,2	H	69,2	P	24,7
	DILLUNS		28	DIMARTS		29	DIMECRES		30	DIJOUS		31																												
5º 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 verduteres (pastanaga, ceba i tomàquet) Truita de carbassó Amanida variada Fruita de temporada		Minestra de verduteres (patates, pèsols, pastanaga, mongeta tendra) Hamburguesa de toynina i formatge gratinat Fruita de temporada		CREMA DE CARBASSÀ I PASTANAGA CALAMARS A LA ROMANA NATILLES DE XOCOLATA																																	
			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						



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

POT VARIAR EN FUNCIÓ DE LA LOGÍSTICA



CAP PRODUCTE CONTE 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 OCT 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

	DIMARTS		1		DIMECRES		2		DIJOUS		3		DIVENDRES		4					
1 ^o SETMANA			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		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) Bistec de pollastre a la planxa Amanida variada Fruita de temporada		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		K 642,0 H 68,2 P 35,8 L 25,6			
			DILLUNS 7		DIMARTS 8		DIMECRES 9		DIJOUS 10		DIVENDRES 11									
2 ^o 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 jardinera (pèsols, tomàquet i pastanaga) Fruita de temporada		Arròs amb verdures Bacallà al forn Amanida variada Fruita de temporada		Amanida de llegums (tonyina, tomàquet, pastanaga i olives) Truita de carbassó Amanida variada logurt sabors		Espirals (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		K 813,7 H 90,3 P 27,0 L 38,3	
	DILLUNS 14		DIMARTS 15		DIMECRES 16		DIJOUS 17		DIVENDRES 18											
3 ^o SETMANA	Arròs amb salsa de tomàquet Filet de lluç al forn Amanida variada Fruita de temporada		Amanida de pasta (S/G) (olives, pastanaga i blat de moro) Bistec de pollastre Amanida variada Fruita de temporada		Purè de patata Mandonguilles de vedella a la jardinera (ceba, tomàquet i pastanaga) Fruita de temporada		Empedrat de mongetes (ou, tonyina i olives) Truita de patata Amanida variada Gelats (S/G)		Minestra de verdures (patates, pèsols, pastanaga, mongeta tendra) PIZZA sense gluten Amanida variada Fruita de temporada		K 677,0 H 81,8 P 30,6 L 25,4		K 690,9 H 77,8 P 30,5 L 28,6		K 615,7 H 63,6 P 26,1 L 32,1		K 728,1 H 81,1 P 28,8 L 31,4		K 737,2 H 89,1 P 17,2 L 38,1	
	DILLUNS 21		DIMARTS 22		DIMECRES 23		DIJOUS 24		DIVENDRES 25											
4 ^o SETMANA	Amanida de cigrons (tonyina, tomàquet, pastanaga i olives) Bistec de d'au a la planxa Amanida variada Fruita de temporada		Macarrons (S/G) a la Napolitana (salsa de tomàquet casolà i formatge rallat) Filet de lluç al forn Amanida variada Fruita de temporada		Vichyssoise (crema freda de patata i porro) Salsitxes amb salsa de tomàquet Fruita de temporada		Arròs amb samfaina Truita de carbassó Amanida variada logurt natural		Mongeta tendra i patata Fingers de peix (S/G) Amanida variada Fruita de temporada		K 678,6 H 67,3 P 36,1 L 29,5		K 609,2 H 81,6 P 33,6 L 16,3		K 547,8 H 52,7 P 32,4 L 24,8		K 607,8 H 88,8 P 18,1 L 19,2		K 718,2 H 69,2 P 24,7 L 42,0	
	DILLUNS 28		DIMARTS 29		DIMECRES 30		DIJOUS 31													
5 ^o 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 DE CARBASSÀ I PASTANAGA FINGUERS DE PEIX NATILLES DE XOCOLATA				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			



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

POT VARIAR EN FUNCIÓ DE LA LOGÍSTICA



CAP PRODUCTE CONTE 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 OCT 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