

PROGRAMACIÓ DE MENÚ					Halal		Maig		2023	
Festa	Dilluns 01	Dimarts 02	Dimecres 03	Dijous 04	Divendres 05					
		Macarrons amb tomàquet	Llenties estofades	Purè de carbassó	Mongetes blanques guisades					
		Til.làpia forn amb verdures	Pernilets de pollastre rostits	Hamburguesa vegetal amb guarnició	Truita de patata i ceba amb amanida					
		Pa i Làctic kcal 550 lip 22 prot 57 H.C. 63	Pa i fruita fresca kcal 540 lip 17 prot 44 H.C. 58	Pa i fruita fresca kcal 514 lip 17 prot 37 H.C. 58	Pa i fruita fresca kcal 550 lip 16 prot 26 H.C. 58					
Dilluns 8	Dimarts 9	Dimecres 10	Dijous 11	Divendres 12						
Mongeta tendra bullida amb patata	Arròs blanc amb tomàquet	Crema de llegums	Fideus a la cassola	Sopa casolana de l'àvia						
Varetes de verdures amb guarnició	Rotllets de primavera al forn amb amanida	Truita de patata i ceba amb amanida	Pernilets de pollastre rostits	Lluç amb amanida						
Pa i fruita fresca kcal 514 lip 17 prot 37 H.C. 58	Pa i Làctic kcal 500 lip 7 prot 9 H.C. 49	Pa i fruita fresca kcal 550 lip 16 prot 26 H.C. 58	Pa i fruita fresca kcal 540 lip 17 prot 44 H.C. 58	Pa i fruita fresca kcal 531 lip 18 prot 41 H.C. 58						
Dilluns 15	Dimarts 16	Dimecres 17	Dijous 18	Divendres 19						
Macarrons amb salsa de tomàquet	Llenties estofades	Arròs hortelana	Col i flor amb patata al vapor	Cigrons estofats						
Pernilets de pollastre al forn amb niu de verduretes	Til.làpia forn amb guarnició	Truita de patata i verdures amb amanida	Lluç amb verdures de temporada	Crestes de tonyina amb amanida						
Pa i fruita fresca kcal 550 lip 22 prot 57 H.C. 63	Pa i Làctic kcal 550 lip 22 prot 57 H.C. 63	Pa i fruita fresca kcal 460 lip 16 prot 26 H.C. 58	Pa i fruita fresca kcal 531 lip 18 prot 41 H.C. 58	Pa i fruita fresca kcal 509 lip 20 prot 30 H.C. 58						
Dilluns 22	Dimarts 23	Dimecres 24	Dijous 25	Divendres 26						
Arròs tres delícies (amb pastanaga, blat de moro i pèsols)	Espirals de blat a la italiana	Cigrons estofats	Purè de verdures	Sopa casolana de l'àvia						
Pernilets de pollastre rostits	Lluç amb amanida	Hamburguesa vegetal amb guarnició	Lluç amb pèsols i ceba	Truita de patata i ceba amb amanida						
Pa i fruita fresca kcal 540 lip 17 prot 44 H.C. 58	Pa i Làctic kcal 531 lip 18 prot 41 H.C. 58	Pa i fruita fresca kcal 514 lip 17 prot 37 H.C. 58	Pa i fruita fresca kcal 531 lip 18 prot 41 H.C. 58	Pa i fruita fresca kcal 550 lip 16 prot 26 H.C. 58						
Dilluns 29	Dimarts 30	Dimecres 31								
Arròs blanc amb tomàquet	Llenties estofades	Sopa de casolana de l'àvia								
Lluç amb crema parmentier	Rotllets de primavera al forn amb amanida	Pernilets de pollastre a la navarresa								
Pa i fruita fresca kcal 531 lip 18 prot 41 H.C. 58	Pa i Làctic kcal 500 lip 7 prot 9 H.C. 49	Pa i fruita fresca kcal 550 lip 22 prot 57 H.C. 63								

Podeu consultar els 14 al·lèrgens de declaració obligatòria inclosos en els plats a les fitxes tècniques que adjuntem. Aquest menú ha estat dissenyat per l'equip nutricional de Serve scol, S.A. amb el vist i plau i anàlisi nutricional de la dietista.

Transportat acabat de fer, amb un temps màxim de 4 hores entre l'expedició i el consum.

La temperatura de sortida és en els plats calents superior a 80°, i en els plats freds inferior a 3°.

Les matèries primeres són de proximitat. Les fruites i les verdures ens proveiem diàriament amb transport propi, directament de mercabarna.

Les postres lactis són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral de la Garrotxa.

Cocina y Sabor Mediterráneo, S.L. - B-64.199.631

JOANNA GIBBERT  
Nutricionista col·legiada n°CA1001008

