

PROGRAMACIÓ DE MENÚ					Règim					Maig					2023				
Dilluns 01		Dimarts 02		Dimecres 03		Dijous 04		Divendres 05		Dilluns 8		Dimarts 9		Dimecres 10		Dijous 11		Divendres 12	
Festa		Verdura saltejada		Cols de brusel·les amb patata		Puré de carbassó		Mongeta tendra saltejada amb ceba		Mongeta tendra bullida amb patata		Minestra de verdures al vapor		Crema de llegums		Cols de brusel·les amb patata		Panache de verdures	
		Til·làpia forn amb verdures		Pernilets de pollastre rostits		Blanqueta de gall d'indi rostida		Truita de patata i ceba amb amanida				Llom al forn amb amanida		Truita de patata i ceba amb amanida		Pernilets de pollastre rostits		Lluç amb amanida	
		Pa i Làctic		Pa i fruita fresca		Pa i fruita fresca		Pa i fruita fresca		Pa i fruita fresca		Pa i Làctic		Pa i fruita fresca		Pa i fruita fresca		Pa i fruita fresca	
		kcal 550 lip 22 prot 57 H.C. 63		kcal 540 lip 17 prot 44 H.C. 58		kcal 550 lip 22 prot 57 H.C. 63		kcal 550 lip 16 prot 41 H.C. 58		kcal 550 lip 0 prot 0 H.C. 0		kcal 531 lip 18 prot 41 H.C. 58		kcal 540 lip 16 prot 26 H.C. 58		kcal 531 lip 17 prot 44 H.C. 58		kcal 531 lip 18 prot 41 H.C. 58	
Dilluns 15		Dimarts 16		Dimecres 17		Dijous 18		Divendres 19		Dilluns 22		Dimarts 23		Dimecres 24		Dijous 25		Divendres 26	
Trinxat de verdures		Verdura al vapor		Mongeta tendra bullida amb patata		Col i flor amb patata al vapor		Mongeta tendra saltejada amb ceba		Trinxat de verdures		Verdura al vapor		Verdura saltejada		Puré de verdures		Col i flor amb pastanaga	
Pernilets de pollastre al forn amb niu de verduretes		Blanqueta de gall d'indi rostida		Truita de patata i verdures amb amanida		Lluç amb verdures de temporada		Lluç amb amanida		Pernilets de pollastre rostits		Llom al forn amb amanida		Solomillo de pollastre amb amanida		Lluç amb pèsols i ceba		Truita de patata i ceba amb amanida	
Pa i fruita fresca		Pa i Làctic		Pa i fruita fresca		Pa i fruita fresca		Pa i fruita fresca		Pa i fruita fresca		Pa i Làctic		Pa i fruita fresca		Pa i fruita fresca		Pa i fruita fresca	
kcal 550 lip 22 prot 57 H.C. 63		kcal 550 lip 22 prot 57 H.C. 63		kcal 460 lip 16 prot 26 H.C. 58		kcal 531 lip 18 prot 41 H.C. 58		kcal 531 lip 18 prot 41 H.C. 58		kcal 540 lip 17 prot 44 H.C. 58		kcal 531 lip 18 prot 41 H.C. 58		kcal 0 lip 0 prot 0 H.C. 0		kcal 531 lip 18 prot 41 H.C. 58		kcal 550 lip 16 prot 26 H.C. 58	
Dilluns 29		Dimarts 30		Dimecres 31						Dilluns 29		Dimarts 30		Dimecres 31					
Panache de verdures		Verdura al vapor		Bròquil amb patata al vapor						Panache de verdures		Verdura al vapor		Bròquil amb patata al vapor					
Lluç amb amanida		Llom al forn amb amanida		Pernilets de pollastre a la navarresa						Lluç amb amanida		Llom al forn amb amanida		Pernilets de pollastre a la navarresa					
Pa i fruita fresca		Pa i Làctic		Pa i fruita fresca						Pa i fruita fresca		Pa i Làctic		Pa i fruita fresca					
kcal 531 lip 18 prot 41 H.C. 58		kcal 531 lip 18 prot 41 H.C. 58		kcal 550 lip 22 prot 57 H.C. 63						kcal 531 lip 18 prot 41 H.C. 58		kcal 531 lip 18 prot 41 H.C. 58		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°CAT001008

