

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Revisat per Laia Torrelles, Diplomada en Nutrició i dietètica. Col·legiada nº CAT001125

FELIÇ ANY NOU !!!

04

05

06

07

08

11

12

13

14

15

Arròs amb salsa de tomàquet
Truita francesa
Enciam i tomàquet
Pa i Fruita fresca

Llenties amb arròs
Filet de lluç a la planxa
Enciam i brots de soja
Pa integral i logurt descremat natural

Crema de carbassó
Fideuà de verdures
Pa i Fruita fresca

Amanida de tomàquet i formatge fresc
Cigrons saltejats amb verdures
Pa integral i Fruita fresca

Sopa d'au amb arròs
Filet de vedella a la planxa
Patates cuites
Pa i Fruita fresca

18

19

20

21

22

Arròs amb verdures
Ous durs amb salsa de tomàquet
Enciam i pastanaga
Pa i Fruita fresca

Mongetes seques saltejades amb ceba i pastanaga
Pit de gall dindi al forn
Enciam i olives
Pa integral i Fruita fresca

Bròquil saltejat amb patates
Bacallà al forn
Enciam i blat de moro
Pa i Fruita fresca

Sopa d'au amb pistons
Cinta de llom a la planxa
Enciam i tomàquet
Pa integral i logurt descremat natural

Amanida variada amb brots de soja
Cuixetes de pollastre al forn
Xampinyons saltejats amb all i julivert
Pa i Fruita fresca

25

26

27

28

29

Crema de cigrons
Cinta de llom a la planxa
Ceba brasejada
Pa i Fruita fresca

Espaguetis amb espinacs
Filet de lluç a la planxa
Enciam i pastanaga
Pa integral i Fruita fresca

Arròs amb salsa de tomàquet
Gall dindi amb ceba
Enciam i blat de moro
Pa i logurt descremat natural

Mongetes tendres amb patates saltejades
Truita francesa
Enciam i tomàquet
Pa integral i Fruita fresca

Espinacs saltejats
Llenties amb verdures
Pa i Fruita fresca

TORNADA AL COL·LEGI, TORNADA AL MENJADOR. ESPAIS SEGURS I SALUDABLES



Al menjador del col·legi, hi hem instaurat un nou protocol per complir amb les noves normatives de seguretat i de salut.

1 Hem desenvolupat un protocol d'actuació únic que ha rebut la certificació AENOR i tot el nostre personal n'ha rebut formació específica.

2 Apliquem totes les mesures per poder mantenir el distanciament de seguretat i evitar el contacte.

3 Els nostres menús estan elaborats per nutricionistes i compleixen protocols de seguretat alimentària rigorosos.

Per a més informació, visiteu el web del col·legi

RECOMANADOR DE SOPARS

DINAR		SOPAR	
pasta/arròs	+ carn	verdura	+ peix
pasta/arròs	+ peix	verdura	+ ou
pasta/arròs	+ ou	verdura	+ carn
verdura	+ carn	pasta/arròs	+ peix
verdura	+ peix	pasta/arròs	+ ou
verdura	+ ou	pasta/arròs	+ carn
llegums	+ carn	verdura	+ peix
llegums	+ peix	verdura	+ ou
llegums	+ ou	verdura	+ carn
fruita		lacti	
		lacti	fruita

@hostesa

www.hostesa.com

Entitats col·laboradores:

