

### DILLUNS

### DIMARTS

### DIMECRES

### DIJOUS

### DIVENDRES



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

**FELIÇ ANY NOU !!!**

01

04

05

06

07

08

11

Arròs amb salsa de tomàquet  
Nuggets de pollastre  
Enciam i tomàquet  
Pa i Fruita fresca

12

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

13

Crema de carbassó  
Fideuà de peix  
Pa i Fruita fresca

14

Cigrons saltejats amb verdures  
Pit de pollastre arrebossat  
Enciam i olives  
Pa integral i Fruita fresca

15

Sopa d'au amb arròs  
Vedella a la jardinera  
Patates palla  
Pa i Fruita fresca

18

Arròs amb verdures  
Ous amb beixamel gratinats  
Enciam i pastanaga  
Pa i Fruita fresca

19

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

20

Bròquil saltejat amb patates  
Bacallà a l'andalusa  
Enciam i blat de moro  
Pa i Fruita fresca

21

Sopa d'au amb pistons  
Hamburguesa vegetal a la planxa  
Enciam i tomàquet  
Pa integral i logurt natural amb fruita fresca

22

Patates a la marinera  
Cuixetes de pollastre amb salsa amb xampinyons  
Pa i Fruita fresca

25

Crema de cigrons  
Hamburguesa vegetal a la planxa  
Ceba caramel·litzada  
Pa i Fruita fresca

26

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

27

Arròs amb salsa de tomàquet  
Nuggets de pollastre  
Enciam i blat de moro  
Pa i logurt natural

28

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

29

Llenties amb verdures  
Pit de pollastre al forn  
Patates fregides  
Pa i Fruita fresca

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

Hostesa



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

