

DILLUNS
DIMARTS
DIMECRES
DIJOUS
DIVENDRES

				01 Crema de porros Rap a la biscaïna - Pa i Fruita fresca 434,9Kcal - Prot:23,9g - Lip:8,5g - HC:60,7g AGS:1,3g - Azúcares:26,8g - Sal:1,4g
04 Macarrons amb tonyina Truita de patata Enciam i olives Pa i logurt natural 687,1Kcal - Prot:24,6g - Lip:27,7g - HC:81,0g AGS:5,4g - Azúcares:19,5g - Sal:2,4g	05 Cigrons estofats amb patates Pollastre arrebossat Enciam i daus de formatge Pa integral i Fruita fresca 767,9Kcal - Prot:42,8g - Lip:30,7g - HC:73,3g AGS:7,1g - Azúcares:19,1g - Sal:2,1g	06 Mongeta verda amb patata Llom amb salsa de pastanaga - Pa i Fruita fresca 552,3Kcal - Prot:33,8g - Lip:17,0g - HC:60,6g AGS:4,4g - Azúcares:22,4g - Sal:1,4g	07 Arròs amb salsa de tomàquet Salmó al forn Patates xips Pa integral i Flam de vainilla 692,9Kcal - Prot:25,1g - Lip:21,5g - HC:97,3g AGS:4,7g - Azúcares:18,7g - Sal:1,9g	08 Crema de verdures Mandonguilles a la jardineria - Pa i Fruita fresca 593,2Kcal - Prot:20,9g - Lip:22,1g - HC:73,6g AGS:2,0g - Azúcares:20,6g - Sal:2,1g
11 FESTIU	12 FESTIU	13 Sopa d'au amb lletres Gall dindi amb salsa de formatges Patates fregides Pa i Fruita fresca 723,1Kcal - Prot:40,4g - Lip:25,8g - HC:78,6g AGS:6,8g - Azúcares:19,4g - Sal:1,9g	14 Tallarins al pesto Lluç a la romana Enciam, pastanaga i olives Pa integral i Fruita fresca 731,4Kcal - Prot:32,4g - Lip:30,0g - HC:78,3g AGS:6,0g - Azúcares:17,9g - Sal:2,6g	15 Paella de verdures Truita amb formatge Enciam i blat de moro Pa i logurt natural 688,3Kcal - Prot:30,2g - Lip:29,4g - HC:73,5g AGS:10,1g - Azúcares:11,7g - Sal:2,5g
18 Fideuà de peix Hamburguesa de vedella a la planxa Enciam, poma i blat de moro Pa i logurt natural 721,7Kcal - Prot:27,7g - Lip:32,2g - HC:76,2g AGS:1,9g - Azúcares:20,8g - Sal:1,3g	19 Crema d'hortalisses amb crostons Varettes de peix Enciam mezclum i olives Pa integral i Fruita fresca 655,2Kcal - Prot:19,4g - Lip:23,1g - HC:87,2g AGS:5,2g - Azúcares:23,7g - Sal:3,7g	20 Arròs saltejat amb bolets Truita francesa Tall de penill dolç Pa i Fruita fresca 589,8Kcal - Prot:21,5g - Lip:17,8g - HC:84,0g AGS:4,2g - Azúcares:18,8g - Sal:2,0g	21 Cigrons amb espinacs San jacobó Enciam i pastanaga Pa integral i logurt natural 805,8Kcal - Prot:31,7g - Lip:34,4g - HC:93,5g AGS:10,1g - Azúcares:30,1g - Sal:2,6g	22 Verdura tricolor Pernilets de pollastre amb herbes provençals Enciam i blat de moro Pa i Fruita fresca 594,2Kcal - Prot:34,8g - Lip:23,0g - HC:57,2g AGS:5,2g - Azúcares:22,9g - Sal:1,7g
25 Arròs amb verdures Gall dindi arrebossat Barreja d'enciams (iceberg i romana) i olives Pa i natilles de vainilla 707,8Kcal - Prot:37,5g - Lip:20,0g - HC:91,1g AGS:3,5g - Azúcares:19,8g - Sal:2,5g	26 Sopa amb pistons Hamburguesa a la planxa Patata panadera al forn Pa integral i Fruita fresca 703,2Kcal - Prot:29,2g - Lip:32,0g - HC:69,8g AGS:2,2g - Azúcares:18,5g - Sal:1,3g	27 Crema de cigrons Bacallà a l'andalusa Enciam, tomàquet i blat de moro Pa i logurt natural 571,4Kcal - Prot:26,7g - Lip:15,9g - HC:74,0g AGS:2,0g - Azúcares:20,2g - Sal:1,8g	28 Macarrons amb salsa de tomàquet Cuixetes de pollastre rostides amb xampinyons i ceba - Pa integral i Fruita fresca 632,4Kcal - Prot:33,1g - Lip:18,2g - HC:78,1g AGS:4,3g - Azúcares:21,1g - Sal:1,5g	29 DINAR DE LA CASTANYADA

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

