

Escola can Sorts

Febrer 2017



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

6 Patates estofades amb magra i verdurettes
Truita Francesa amb Amanida Verda i Olives
Fruita del temps
671Cal 77Hc 27Gr 31Pro

7 Cigrons ecològics amb verdures
Llom planxa amb rodanxes carbassó i formatge
Fruita del temps ecològiques
670Cal 64Hc 29Gr 39Pro

8 Sopa d'arròs
Rodanxa tonyina amb salseta casolana
Fruita del temps
550Cal 61Hc 14Gr 44Pro

9 MENU DE 6é
Macarrons amb tomàquet gratinats
Hamburguesa vedella amb formatge patates xips
crema xocolate fageda
749Cal 79Hc 32Gr 36Pro

10 Mongeta verda amb patata
Pollastre arrebossat casolà a tires amb cereals i enciam i pastanaga
Fruita del temps
595Cal 59Hc 24Gr 35Pro

13 Raviolis de Carn (porc i vedella) amb Tomàquet
Truita francesa de pernil i amanida d'enciam
Fruita del temps
586Cal 58Hc 26Gr 31Pro

14 Crema verdures amb espinacs
I Rostes casolanes
Pollastre forn amb Allet amb Enciam i Tomàquet
Fruita del temps
568Cal 54 Hc 24Gr 34Pro

15 Paella bolets
Palometta arrebossada amb amanida d'enciam i olives
Iogurt Fageda
785Cal 92Hc 20Gr 37Pro

16 Mongetes blanques ecològiques guisades amb verdures
Magra a la planxa amb tomàquet amanit
Fruita del temps
614Cal 64Hc 22Gr 40Pro

17 Sopa de peix amb gambetes
Estofat de vedella en salseta de verdures amb patates dau
Fruita del Temps
733Cal 67Hc 30Gr 36Pro

20 Trinxat de la Cerdanya
Nuggets de pollastre amb amanida d'enciam i pastanaga
Fruita del Temps
780Cal 66Hc 39Gr 39Pro

21 Sopa d'au amb galets
Lluç amb verdures i enciam amanit i olives
Iogurt Danone
526Cal 38Hc 27Gr 33Pro

22 Llenties ecològiques amb verdurettes
Gall d'Indi rostit amb el seu suc
Fruita del Temps

23 TASTET
Dijous gras
Arròs amb Tomàquet
Truita de formatge i Amanida
Fruita del Temps
680Cal 85Hc 27Gr 25Pro

24 Pèsols, pastanaga i patata
Mandonguilles mixtes amb salseta de tomàquet i ceba
Fruita del Temps
702 Cal 91Hc 22Gr 21Pro

27 Lleure
Disposició

28 Coliflor Gratinada
Pernilets de Pollastre forn amb amanida de tomàquet
Iogurt
632Cal 57Hc 27Gr 41Pro



www.alimentart.com

Les fruites del temps són : pera, plàtan, poma, mandarines, taronja,

Menús Revisats Dietètica i Nutricionalment per
Dietista-Nutricionista Lourdes Bàguena Número col.
CAT000460

