

Menú Escola CAN SOTRS

Maig

2017



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

FESTA

2

Arròs amb tomàquet
Truita Francesa amb Amanida
d'Enciam
Fruita del Temps
619Cal 84Hc 22Gr 22Pro

3

Cigrons amb Verdures
Hamburguesa de vedella amb
amanida d'enciam

Fruita del temps ecològica
688Cal 61Hc 32Gr 39Pro

4

Espirals a la Carbonara
(crema de llet i bacon)
Pernilets de Pollastre forn amb
amanida d'enciam i pastanaga
Fruita del Temps
822Cal 79Hc 36Gr 45Pro

5

Crema de Porro, Ceba
i Patata
Palometa arrebossada amb amanida
de tomàquet i blat de moro
Gelat
715Cal 67Hc 25Gr 34Pro

8

Espagueti Marinera
Pinxos de pollastre plx amb
tomàquet amanit
Fruita del temps
673Cal 80Hc 21Gr 41Pro

9

Col-i-flor amb patata
Salsitxes porc amb mongetes
saltades amb allet
Fruita del Temps
791Cal 61Hc 46Gr 32Pro

10

Sopa de gallina
Tires de Lluç a la Andalusà amb
amanida d'enciam i blat de moro
Fruita del Temps
607Cal 69Hc 20Gr 37Pro

11

Crema de verdures i Llegums
ecològiques
Gall dindi estofat en salseta
Iogurt
569Cal 62Hc 17Gr 42Pro

12

Fideuà
Truita Francesa de Pernil Dolç amb
Enciam i pastanaga
Fruita del Temps
645Cal 80Hc 21Gr 33Pro

15

Lliure
Disposició

16

Macarrons amb tomàquet
i formatge
Bacallà forn amb verduretes
Gelat
723Cal 86Hc 24Gr 42Pro

17

Estofat de patata i tonyina
Truita francesa amb amanida
d'enciam i pastanaga
Fruita del Temps
610Cal 67Hc 23Gr 33Pro

18

Crema de verdures
De l'Hort
Pizza de formatge i pernil dolç
Fruita del Temps
679Cal 91Hc 24Gr 25Pro

19

Sopa de peix amb
arròs ecològic
Pollastre Rostit amb amanida d'
Enciam i Olives
Fruita del Temps
563Cal 54Hc 23Gr 34Pro

22

Amanida d'espirlals de Colors amb
Blat de moro, olives i pernil cuit
Lluç arrebossat casolà amb amanida
d'enciam
Fruita del Temps
612Cal 58Hc 28Gr 34Pro

23

Patata amb bledes
Pollastre forn amb salsa de poma
Fruita del Temps
553Cal 59Hc 21Gr 31Pro

24

Cigrons estofats
amb verdures
Truita de carbassó amb Amanida
d'Enciam i Olives
Fruita del Temps
774Cal 77Hc 36Gr 35Pro

25

Sopa Casolana amb
verdures, pollastre i os de pernil
Mandonguilles de Vedella a la
Jardinera
Iogurt
700Cal 96Hc 22Gr 30Pro

26

Paella de verdures
Llom a la planxa amb all i julivert i
enciam amanit
Fruita ecològica
551Cal 66Hc 21Gr 25Pro

29

Menú de sisè
Macarrons carbonara
Nuggets de Pollastre amb amanida
Gelat
697Cal 89Hc 24Gr 30Pro

30

Mongeta tendra amb patata
Rodó de porc amb suquet
Fruita del temps
612Cal 74Hc 21Gr 31Pro

31

Amanida completa amb
tonyina i palets de cranc
Llenties ecològiques guisades amb
arròs i verduretes de l'hort
Fruita del temps
611Cal 94Hc 14Gr 26Pro

Les fruites del temps són : pera, plàtan, poma,
taronja, meló, síndria

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

