

Sense Peix

Juny 2017



DIJOUS

DIVENDRES

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

| | | | | |
|--|---|--|--|--|
| <p>5</p> <p>FESTIU</p> | <p>6</p> <p>☞ Tallarines amb tomàquet sofregit i formatge ratllat</p> <hr/> <p>Kcal: 722 Prot: 34g Greixos: 29g H.C: 81g</p> <p>☞ Nuggets de pollastre amb patates fregides</p> <hr/> <p>☞ Fruita del temps</p> | <p>7</p> <p>☞ Arròs amb tomàquet</p> <hr/> <p>Kcal: 695 Prot: 32g Greixos: 32g H.C: 70g</p> <p>☞ Hamburguesa mixta amb amanida d'enciam, tomàquet i olives</p> <hr/> <p>☞ Fruita del temps</p> | <p>1</p> <p>☞ Mongeta verda amb patata i pernil cuit*</p> <hr/> <p>Kcal: 638 Prot: 43g Greixos: 24g H.C: 62g</p> <p>☞ Pollastre al forn amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro</p> <hr/> <p>☞ logurt</p> | <p>2</p> <p>FESTIU</p> <hr/> <p>9</p> <p>☞ Crema tèbia de porro amb rostes</p> <hr/> <p>Kcal: 778 Prot: 39g Greixos: 39g H.C: 66g</p> <p>☞ Estofat de vedella amb pèsols, pastanaga i patata</p> <hr/> <p>☞ Fruita del temps</p> |
| <p>12</p> <p>☞ Amanida fresca de llegums (amb tomàquet, olives, ceba tendra i blat de moro)</p> <hr/> <p>Kcal: 767 Prot: 35g Greixos: 37g H.C: 73g</p> <p>☞ Salsitxes amb salsa de tomàquet i patates xips</p> <hr/> <p>☞ Fruita del temps</p> | <p>13</p> <p>☞ Crema tèbia de carbassa, pastanaga, ceba i patata amb rostes</p> <hr/> <p>Kcal: 638 Prot: 34g Greixos: 28g H.C: 61g</p> <p>☞ Pernils de pollastre a la llimona amb amanida d'enciam i tomàquet</p> <hr/> <p>☞ Fruita del temps</p> | <p>14</p> <p>☞ Espaguetis "Bolonyesa" amb carn picada, tomàquet i formatge</p> <hr/> <p>Kcal: 765 Prot: 27g Greixos: 37g H.C: 82g</p> <p>☞ Truita de carbassó amb amanida d'enciam, tomàquet i olives</p> <hr/> <p>☞ Fruita del temps amb rajolí de xocolata</p> | <p>8</p> <p>☞ Llescat de patata, tomàquet i ceba</p> <hr/> <p>Kcal: 719 Prot: 26g Greixos: 36g H.C: 73g</p> <p>☞ Gall dindi a la planxa amb amanida d'enciam i tomàquet</p> <hr/> <p>☞ Fruita del temps amb rajolí de xocolata</p> | <p>15</p> <p>☞ Amanida d'arròs</p> <hr/> <p>Kcal: 714 Prot: 43g Greixos: 37g H.C: 52g</p> <p>☞ Estofat de gall dindi al curry amb verdures</p> <hr/> <p>☞ Fruita del temps</p> |
| <p>19</p> <p>☞ Arròs amb tomàquet</p> <hr/> <p>Kcal: 612 Prot: 34g Greixos: 20g H.C: 74g</p> <p>☞ Truita francesa amb amanida d'enciam, tomàquet i olives</p> <hr/> <p>☞ logurt</p> | <p>20</p> <p>☞ Amanida de pasta amb pernil cuit i pinya</p> <hr/> <p>Kcal: 756 Prot: 44g Greixos: 27g H.C: 83g</p> <p>☞ Fricandó de vedella amb verdures i xampinyons</p> <hr/> <p>☞ Fruita del temps</p> | <p>21</p> <p>☞ Crema tèbia de verdures amb rostes</p> <hr/> <p>Kcal: 751 Prot: 25g Greixos: 39g H.C: 76g</p> <p>☞ Plat combinat festiu (s/peix) amb tomàquet amanit i patates xips</p> <hr/> <p>☞ Fruita en almívar</p> | <p>Bones vacances!</p> | |

Tots els àpats s'acompanyen de pa i aigua / L'oli utilitzat per amanir és oli d'oliva / Les fruites del temps són: pera, poma, plàtan, taronja, mandarina, meló, síndria, pruna, maduixes, préssec, nectarina... (segons la temporada) / L'escola es reserva el dret de canviar el menú per causes imprevistes del mercat / La informació nutricional correspon al menú basal.

* S'oferirà maionesa. La utilitzada és comercial o elaborada a partir d'ou pasteuritzat.