

MENÚ ELABORAT PEL DEPARTAMENT DE NUTRICIÓ DE aramark

MES: Octubre 2021

COL·LEGI: VEDRUNA MOLLERUSSA

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Valoració
				1 Sopa casolana Pollastre al forn amb poma i ceba Fruita i pa integral	VE: 1960/469 GT: 8 GS: 2 HC: 78 AZ: 28 PROT: 33 SAL: 2
4 Espaguetis napolitana Trita francesa amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa	5 Verdura tricolor (patata, pastanaga, mongeta verda) Contra cuixa de pollastre a la llimona amb amanida de tomàquet Fruita i pa integral	6 Arròs amb tomàquet Limanda al forn amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) logurt i pa	7 Llenties estofades Botifarra al forn amb patates panadera Fruita i pa integral	8 Sopa casolana Ragout de vedella amb xampinyons Fruita i pa integral	VE: 2949/706 GT: 20 GS: 5 HC: 102 AZ: 25 PROT: 37 SAL: 3
11 LLIURE DISPOSICIÓ	12 FESTIU	13 Cigròns amb verdures Hamburguesa de vedella amb amanida de tomàquet logurt i pa	14 Crema de pastanaga i carbassa amb poma Contra cuixa de pollastre al forn amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa integral	15 Arròs tres delícies Lluç al forn amb xampinyons Fruita i pa	VE: 2654/635 GT: 15 GS: 3 HC: 96 AZ: 25 PROT: 38 SAL: 3
18 Llenties estofades Croquetes de pernil amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) Fruita i pa	19 Mongeta verda amb patates Mandonguilles de vedella amb jardineria de xampinyons Fruita i pa integral	20 Pasta integral a la napolitana Trita de carbassó amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro logurt i pa	21 Sopa de peix Pollastre rostit amb salsa provençal (ceba, tomàquet, espècies) amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa integral	22 Arròs amb tomàquet Ventresca de lluç amb refregit d'all i balsàmic amb patates panadera Fruita i pa	VE: 3340/799 GT: 30 GS: 5 HC: 106 AZ: 25 PROT: 32 SAL: 3
25 Llenties estofades Llom rostit amb salsa Fruita i pa	26 Arròs amb verdures Lluç a la romana amb amanida de tomàquet Fruita i pa integral	27 Macarrons amb tomàquet Trita de pernil dolç amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga logurt i pa	28 Bròquil amb patates Salsitxes amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa integral	29 Sopa de fideus Pollastre rostit a la llimona amb xampinyons Fruita i pa	VE: 2831/677 GT: 19 GS: 4 HC: 97 AZ: 26 PROT: 36 SAL: 3