

MENÙ

MARÇ LLAR

* No lactosa *

SETMANAL

Yummy!



AL·LÈRGENS

(1) Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats (2) Crustacis i productes a base de crustacis (3) Ous i productes a base d'ou (4) Peix i productes a base de peix (5) Cacauets i productes a base de cacauets (6) Soja i productes a base de soja (7) Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa) (8) Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous del Brasil, festucs, macadamies i productes derivats (9) Api i productes derivats (10) Mostassa i productes derivats (11) Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam (12) Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg o 10 mg/l expressat com a SO2 (13) Tramussos i productes a base de tramussos (14) Mol·luscs i productes a base de mol·luscs (15) Carn i derivats càrnics.



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Setmana 1		<p>Totes els dies del mes es troben entre aquests paràmetres nutricionals: Kcal: 450Kcal – 600Kcal HC: 40% - 64% Prot: 15% - 20% Lip: 22% - 35%</p>			Col amb patata Bacallà amb olives Fruita de temporada (3,4)
Setmana 4 - 8		Macarrons amb verdures de temporada Truita francesa amb enciam Fruita de temporada (1,3)	Llenties estofades amb arròs Lluc amb enciam i tomàquet Fruita de temporada (4)	Mongeta verda amb patata Vedella amb verdures en tempura Fruita de temporada (15)	Fideuà Gall d'indi estofat Fruita de temporada (1,4,15)
Setmana 11 - 15	Espirals amb tomàquet Bacallà amb samfaina Fruita de temporada (1,4)	Mongetes estofades amb pastanaga Pollastre amb muntanyeta d'arròs Fruita de temporada (15)	Arròs amb verdures Rostit de vedella Fruita de temporada (15)	Espinacs amb patata Cuetes de rap arrebossades a la marinera Fruita de temporada (1,3,4)	Brou de peix amb pasta Truita de patata amb enciam i blat de moro Fruita de temporada (1,3,4,14)
Setmana 18 - 22	Arròs tres delícies Bacallà amb enciam i tomàquet Fruita de temporada (1,3,4)	Crema de verdures Hamburguesa de vedella Fruita de temporada (15)	Cigrons estofats Pollastre rostit amb ceba confitada Fruita de temporada (15)	Mongeta verda amb patata Lluc amb enciam i pastanaga Fruita de temporada (1,4)	Espaguetis amb tomàquet Truita de carbassó amb enciam i tomàquet Fruita de temporada (1,3)
Setmana 25 - 29	Macarrons napolitana Bacallà amb enciam i blat de moro Fruita de temporada (1,4)	Llenties estofades amb verdures Vedella amb tomàquet amanit Fruita de temporada (15)	Arròs amb xampinyons Perniells de pollastre al forn Fruita de temporada (15)	Crema de verdures Lluc amb enciam i pastanaga Fruita de temporada (1,4)	Brou vegetal amb pasta Truita francesa amb enciam i tomàquet Fruita de temporada (1,3)