



MENÚ MAIG 2018

		DILLUNS			DIMARTS			DIMERCRES			DIJOUS			DIVENDRES		
		7			8			9			10			11		
1 ^o Setmana	Primer	TANCAT PER VACANCES			TANCAT PER VACANCES			Empedrat			Crema de verdures			Espaguetis a la bolonyesa		
	Segon							Llom arrebossat			Croquetes de pollastre			Pit de pollastre a la planxa		
	Guarnició							Amanida de pastanaga ratllada i olives			Patates fregides			Amanida de blat de moro i tomàquet		
	Postres							Fruita			Fruita			Fruita		
	VN							963 kcal			792 kcal			927 kcal		
		53% HC	14% PROT	33% GR	53% HC	14% PROT	33% GR	53% HC	14% PROT	33% GR	56% HC	14% PROT	30% GR			
2 ^o Setmana	Primer	Paella valenciana			Mongetes tendres amb pastanaga			Amanida d'espírels			Sopa de pollastre			Llenties amb patata i verdures		
	Segon	Llom amb ceba confitada			Truita campera			Fricandó de vedella			Calamars a la romana			Pollastre amb salsa de xampinyons		
	Guarnició	Amanida de ou dur i cogombre			Amanida de tomàquet i ceba			Patates fregides			Amanida de blat de moro i olives			Amanida de tomàquet i pastanaga ratllada		
	Postres	Làctic			Fruita / Gelat			Fruita			Fruita			Fruita		
	VN	940 kcal			821 kcal			914 kcal			920 kcal			932 kcal		
		54% HC	13% PROT	33% GR	55% HC	14% PROT	31% GR	55% HC	13% PROT	32% GR	54% HC	14% PROT	32% GR	54% HC	15% PROT	31% GR
3 ^o Setmana	Primer	Macarrons a la napolitana			Arròs saltejat amb espàrrecs i pernil			Estofat de patates			Potatge de cigrons i espinacs			Vichyssoise		
	Segon	Lluç arrebossat			Pit de pollastre a la planxa			Ous farcits			San Jacobos			Nuggets de pollastre		
	Guarnició	Amanida de pastanaga ratllada i olives			Amanida de blat de moro i tomàquet			Amanida de cogombre i ceba			Amanida de pastanaga ratllada i blat de moro			Patates fregides		
	Postres	Làctic			Fruita			Fruita			Fruita			Fruita		
	VN	918 kcal			946 kcal			892 kcal			954 kcal			855 kcal		
		55% HC	13% PROT	32% GR	54% HC	15% PROT	31% GR	55% HC	14% PROT	31% GR	53% HC	14% PROT	33% GR	54% HC	13% PROT	33% GR
4 ^o Setmana	Primer	TANCAT PER VACANCES			Crema de carbassó i formatge			Amanida d'arròs amb pebrots			Canelons			Sopa de galets		
	Segon				Truita de patates i verdures			Croquetes de pollastre			Llenguado amb salsa de tomàquet			Hamburguesa de vedella a la planxa		
	Guarnició				Amanida de cogombre i blat de moro			Patates fregides			Amanida de cogombre i blat de moro			Amanida de ou dur i pastanaga ratllada		
	Postres				Fruita			Fruita			Fruita / Gelat			Fruita		
	VN				797 kcal			918 kcal			929 kcal			938 kcal		
		57% HC	13% PROT	30% GR	55% HC	13% PROT	32% GR	55% HC	13% PROT	32% GR	55% HC	13% PROT	32% GR	54% HC	15% PROT	31% GR
5 ^o setmana	Primer	Mongetes tendres amb patata i pastanaga			Espaguetis a la carbonara			Sopa d'au			Arròs melós de pollastre					
	Segon	Escalopa de vedella			Truita de patates, ceba i carbassó			Lluç arrebossat			Pit de pollastre a la planxa					
	Guarnició	Amanida de blat de moro i cogombre			Amanida de olives i ceba			Patates fregides			Amanida de tomàquet i ceba					
	Postres	Làctic			Fruita			Fruita			Fruita					
	VN	834 kcal			988 kcal			923 kcal			956 kcal					
		54% HC	15% PROT	31% GR	54% HC	13% PROT	33% GR	54% HC	14% PROT	32% GR	55% HC	14% PROT	31% GR			