

MENÚ ELABORAT PEL DEPARTAMENT DE NUTRICIÓ DE

MES: Març 2021

COL·LEGI: SAINT NICHOLAS SCHOOL

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge	Valoració
<p>1</p> <p>Llenties estofades Truita de pernil dolç amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa (* 1º Verdura 2º Carn amb Patates i Lactis</p>	<p>2</p> <p>Crema de porros Perca empanat amb arròs amb xampinyons Fruita i pa integral (* 1º Pasta 2º Carn amb Verdura i Lactis</p>	<p>3</p> <p>Pizza Escalopa de porc amb amanida d'enciam i blat de moro Postres especials i pa (* 1º Verdura 2º Peix amb Llegums i Fruita</p>	<p>4</p> <p>Sopa d'aviram amb fideus Pollastre rostit a la llimona amb patates fregides Fruita i pa integral (* 1º Verdura 2º Ous amb Verdura i Lactis</p>	<p>5</p> <p>Arròs tres delícies (eco.) Timbal de llobarro i patates de pobre amb tomàquet amanit Fruita i pa (* 1º Verdura 2º Carn amb Pasta i Lactis</p>	<p>6</p> <p>1º Verdura 2º Peix amb Pasta i Fruita 1º Llegums 2º Ous amb Verdura i Fruita</p>	<p>7</p> <p>1º Arròs 2º Carn amb Verdura i Lactis 1º Verdura 2º Peix amb Patates i Fruita</p>	<p>VE: 3283/785 GT: 26 GS: 5 HC: 104 AZ: 27 PROT: 38 SAL: 3</p>
<p>8</p> <p>Espaguetis amb pesto de tomàquet Truita de tonyina amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita i pa (* 1º Verdura 2º Carn amb Patates i Lactis</p>	<p>9</p> <p>Coliflor amb patates Canelons de carn logurt i pa integral (* 1º Arròs 2º Ous amb Verdura i Fruita</p>	<p>10</p> <p>Sopa d'au amb fideus i quinoa Pernilets de pollastre al forn amb amanida d'enciam i pipes Fruita i pa (* 1º Verdura 2º Peix amb Patates i Lactis</p>	<p>11</p> <p>Mongetes saltejades amb all i julliver Salsitxes al forn amb saltejat de verdures Fruita i pa integral (* 1º Verdura 2º Peix amb Pasta i Lactis</p>	<p>12</p> <p>Paella de verdures (eco.) Lluç a la romana amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa (* 1º Verdura 2º Carn amb Patates i Lactis</p>	<p>13</p> <p>1º Verdura 2º Peix amb Pasta i Fruita 1º Llegums 2º Carn amb Verdura i Lactis</p>	<p>14</p> <p>1º Patates 2º Ous amb Verdura i Fruita 1º Verdura 2º Carn amb Arròs i Fruita</p>	<p>VE: 2873/687 GT: 23 GS: 4 HC: 92 AZ: 26 PROT: 32 SAL: 2</p>
<p>15</p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet (eco.) Llom de sorell a l'andalusa amb amanida verda (enciam, pebrot verd i olives) Fruita i pa (* 1º Verdura 2º Ous amb Pasta i Lactis</p>	<p>16</p> <p>Mongeta tendra amb patates Hamburguesa de vedella amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa integral (* 1º Pasta 2º Peix amb Patates i Lactis</p>	<p>17</p> <p>Llenties estofades amb moniato Truita francesa amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa (* 1º Verdura 2º Carn amb Patates i Lactis</p>	<p>18</p> <p>Patates "revolconas" Llom rostit amb salsa amb ceba i xampinyons Fruita i pa integral (* 1º Verdura 2º Ous amb Arròs i Lactis</p>	<p>19</p> <p>Macarrons (eco.) amb salsa napolitana (tomàquet, pebrot, pastanaga, ceba) Lluç a la planxa amb amanida Fruita i pa (* 1º Verdura 2º Carn amb Llegums i Fruita</p>	<p>20</p> <p>1º Verdura 2º Peix amb Patates i Lactis 1º Arròs 2º Carn amb Verdura i Fruita</p>	<p>21</p> <p>1º Verdura 2º Carn amb Pasta i Fruita 1º Llegums 2º Peix amb Verdura i Lactis</p>	<p>VE: 2610/624 GT: 17 GS: 3 HC: 94 AZ: 26 PROT: 34 SAL: 2</p>
<p>22</p> <p>Arròs amb magre i xampinyons Perca empanat amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita i pa (* 1º Verdura 2º Carn amb Patates i Lactis</p>	<p>23</p> <p>Trinxat de la Cerdanya Mandonguilles amb tomàquet amb arròs saltejat (eco.) logurt i pa integral (* 1º Verdura 2º Peix amb Verdura i Fruita</p>	<p>24</p> <p>ILLES FIJI Saltat d'arròs amb pollastre, tomàquet i curri Halibut amb salsa a la llimona amb patates fregides Postres especials i pa (* 1º Verdura 2º Ous amb Verdura i Fruita</p>	<p>25</p> <p>Crema de carbassó amb crostons Cuixetes de pollastre amb allada amb amanida d'enciam i olives Fruita i pa integral (* 1º Pasta 2º Peix amb Patates i Lactis</p>	<p>26</p> <p>Llenties a la riojana (eco.) Truita de patates amb amanida d'enciam i pipes Fruita i pa (* 1º Verdura 2º Carn amb Pasta i Fruita</p>	<p>27</p> <p>1º Verdura 2º Ous amb Pasta i Fruita 1º Pasta 2º Carn amb Verdura i Lactis</p>	<p>28</p> <p>1º Verdura 2º Peix amb Llegums i Lactis 1º Llegums 2º Carn amb Verdura i Fruita</p>	<p>VE: 3469/830 GT: 29 GS: 5 HC: 107 AZ: 22 PROT: 38 SAL: 2</p>
<p>29</p> <p>VACANCES SETMANA SANTA</p>	<p>30</p> <p>VACANCES SETMANA SANTA</p>	<p>31</p> <p>VACANCES SETMANA SANTA</p>					<p>VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>

(*) Recomanació sopar (**) Recomanació dinar // A partir de 18 mesos