

SETEMBRE, 2016

MENÚ ELABORAT PEL DEPARTAMENT DE NUTRICIÓ DE: **aramark**

ESCOLA: **PIA CALDES**

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
12 ARRÒS AMB TOMÀQUET CROQUETES DE POLLASTRE AMANIDA PRIMAVERA (enciam, tomàquet i blat de moro) PA I IOGURT	13 MONGETA VERDA I PATATA VAPOR (amb oli i all) LLONÇA DE PORC AMB SANFAINA PA I FRUITA VARIADA	14 ESPAGUETI AMB Salsa BOLONYESA (tomàquet, ceba i carn picada) VENTRESCA DE LLUÇ AL FORN AMANIDA DE FRUITS (enciam, oliva negra i pipes) PA I FRUITA VARIADA	15 CREMA DE VERDURES (pastanaga, mongeta verda, carbassó, ceba i patata) POLLASTRE ROSTIT AL ROMANÍ AMANIDA HORTOLANA (enciam, tomàquet i pastanaga) PA I FRUITA VARIADA	16 MONGETA BLANCA ESTOFADA AMB VERDURES (pastanaga, carbassó, pebrot) HAMBURGUESA DE VEDELLA CEBA I XAMPINYONS PA I FRUITA VARIADA
19 AMANIDA DE PASTA (tonyina, olives, blat de moro, ou) ESTOFAT DE GALL DINDI AMB VERDURITES PA I FRUITA VARIADA	20 LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES (pastanaga, carbassó, pebrot) TRUITA DE PATATA AMANIDA DE FRUITS (enciam, oliva negra i pipes) PA I FRUITA VARIADA	21 ARRÒS AMB MAGRE I XAMPINYONS (ceba, xampinyons, llom) POLLASTRE EMPANAT AMB AMANIDA PA I FRUITA VARIADA	22 CREMA DE CARBASSÓ (carbassó, ceba i patata) CANELONS PA I IOGURT	23 PASTA SALTEADA AMB VERDURETES (ceba, pastanaga, carbassó, tomàquet) "ABADEJO" A LA DONOSTIARRA AMANIDA HORTOLANA (enciam, tomàquet i pastanaga) PA I FRUITA VARIADA
26 CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES LLOM PLANXA AMB PATATES DAU PA I IOGURT	27 MINESTRA DE VERDURES (mongeta plana, pastanaga, ceba, patata i pèsol) FILET DE LLUÇ A LA PLANXA/FORN AMANIDA HORTOLANA (enciam, tomàquet i pastanaga) PA I FRUITA VARIADA	28 PATATES ESTOFADES AMB XORIÇO (ceba, pastanaga, patata, xoriço) TRUITA FRANCESA AMB FORMATGE AMANIDA DE FRUITS (enciam, oliva negra i pipes) PA I FRUITA VARIADA	29 SOPA MARINERA DE PEIX (amb pasta meravella) BOTIFARRA AL FORN AMANIDA PRIMAVERA (enciam, tomàquet i blat de moro) PA I FRUITA VARIADA	30 PAELLA DE VERDURES (pebrots, pèsol, jueva, pastanaga) MANDONGUILLES DE TONYINA AMB TOMÀQUET PA I FRUITA VARIADA

Visita la nostra web



www.elgustodecrecer.es

La piràmide de l'alimentació saludable

Els experts en nutrició ens recomanen un consum adequat de tots els grups d'aliments per a una alimentació equilibrada en totes les etapes de la vida.



aramark