



MENÚ GENERAL

Mes d'octubre de 2014



María Colomer Valiente
Dietista-Nutricionista
Col. IB00005

CEIP GASPAR SABATER

DIMECRES 1		DIJOUS 2		DIVENDRES 3	
SOPA DE POLLASTRE		PURÉ DE VERDURES		MACARRONS AMB TOMÀTIGA	
LLUÇ AL FORN		PITRERA DE POLLASTRE AL FORN		LLENGUADO ARREBOSSAT	
PATATA, VERDURES I SALSAS DE TOMÀTIGA		CEBA I TOMÀTIGA		ENSALADA I PASTANAGA	
IOGURT		FRUITA		FRUITA	
TRUITA DE PATATES		SOPA DE PASTA		PURÉ DE PASTANAGA	
ENSALADA VARIADA		NUGGETS DE RAP AMB ENSALADA		PIZZA VARIADA	
FRUITA		FRUITA		FRUITA	
DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
ARRÒS AMB TOMÀTIGA	SOPA DE PEIX	CIGRONS ESTOFATS	PURÉ DE PASTANAGA	PURÉ DE PASTANAGA	SOPA DE BULLIT
PITRERA DE POLLASTRE A LA PLANXA	LLUÇ ADOBAT	FILET PICAT A LA PLANXA	LLENGUADO ADOBAT	LLENGUADO ADOBAT	BULLIT
LLETUGA I OLIVES	PATATA BULLIDA	TOMÀTIGA TREMPADA	BASTONETS DE PASTANAGA	BASTONETS DE PASTANAGA	BASTONETS DE PASTANAGA
FRUITA	FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA	FRUITA
PURÉ DE VERDURES	QUINOA SALTEJADA AMB VERDURES	SOPA DE PASTA	TRUITA DE PATATES	TRUITA DE PATATES	ENSALADA VARIADA
LLUÇ AL VAPOR AMB PATATA	I POLLASTRE AL ROMANÍ	SALMÓ AL VAPOR AMB MONGETES	ENSALADA VARIADA	ENSALADA VARIADA	"QUESADILLES" VARIADES
FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
ESPAGUETI AMB ALL I TOMÀTIGA	LLENTIES ESTOFADES	PURÉ DE CARABASSA	ARRÒS AMB TOMÀTIGA	ARRÒS AMB TOMÀTIGA	SOPA DE PICADILLO
PERCA A LA PLANXA	FRIT MALLORQUÍ DE POLLASTRE	PILOTES CASOLANES	LLENGUADO ADOBAT	LLENGUADO ADOBAT	TRUITA ESPANYOLA
LLETUGA, PASTANAGA I BLAT DE MORO	FRUITA	VERDURES I PATATES	LLETUGA, TOMÀTIGA I PASTANAGA	LLETUGA, TOMÀTIGA I PASTANAGA	TOMÀTIGA TREMPADA
FRUITA	FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA	FRUITA
SOPA DE PASTA	PURÉ DE VERDURES	TRUITA DE PATATES	MONGETES AMB TOMÀTIGA	MONGETES AMB TOMÀTIGA	PURÉ DE VERDURES
POLLASTRE A LA PLANXA AMB XAMPINYONS	LLUÇ ARREBOSSAT AMB ENSALADA	ENSALADA VARIADA	FILET D'INDIOT AMB PATATA BULLIDA	FILET D'INDIOT AMB PATATA BULLIDA	PA AMB OLI
FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
ARRÒS DE PEIX	MACARRONS AMB SANFAINA	LLENTIES ESTOFADES	PURÉ DE VERDURES	PURÉ DE VERDURES	ARRÒS BRUT DE POLLASTRE
FILET D'INDIOT A LA PLANXA	LLUÇ AL FORN	FRICA DELLA AL FORN	LLENGUADO ADOBAT	LLENGUADO ADOBAT	TRUITA DE CARABASSÍ
LLETUGA, TOMÀTIGA I OLIVES	MONGETES TENDRES SALTEJADES	VERDURES I PATATES	BASTONETS DE PASTANAGA	BASTONETS DE PASTANAGA	LLETUGA I TOMÀTIGA
FRUITA	FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA	FRUITA
PASTÍS DE VERDURES AMB TOMÀTIGA I PATATA BULLIDA	SOPA DE PASTA POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENSALADA	RAP AL VAPOR PATATA I BRÓCOLI	SOPA DE PASTA HAMBURGUESA A LA PLANXA AMB CEBA I TOMÀTIGA	SOPA DE PASTA HAMBURGUESA A LA PLANXA AMB CEBA I TOMÀTIGA	"FAJITAS" DE POLLASTRE I VERDURES
FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIJOUS 30	DIVENDRES 31
PURÉ DE PASTANAGA	ENSALADA DE PASTA	SOPA DE VERDURES	AGUIAT DE PATATES I VERDURES	AGUIAT DE PATATES I VERDURES	CIGRONS ESTOFATS
LLOM A LA MILANESA	BACALLÀ AL FORN	AGUIAT DE POLLASTRE	LLUÇ AL FORN	LLUÇ AL FORN	CROQUETES DE POLLASTRE
LLETUGA I OLIVES	A LA MALLORQUINA	PATATA I VERDURES	SALSAS DE TOMÀTIGA I PEBRES	SALSAS DE TOMÀTIGA I PEBRES	LLETUGA I BLAT DE MORO
FRUITA	FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA	FRUITA
AGUIAT DE RAP	TRUITA DE PATATES	PURÉ DE PASTANAGA	SOPA DE PASTA	SOPA DE PASTA	PURÉ DE VERDURES
AMB PATATES I MONGETES	ENSALADA VARIADA	LLUÇ ARREBOSSAT AMB ENSALADA	FILET D'INDIOT A LA PLANXA AMB ENSALADA	FILET D'INDIOT A LA PLANXA AMB ENSALADA	PIZZA VARIADA
FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA	FRUITA

Tots els menús van acompanyats de pa variat i aigua.

Informació al·lèrgica

Aquest menú **CONTÉ: GLUTEN, LLET (inclosa LACTOSA), OU, PEIX, MOL·LUSCS, CRUSTACIS i API.**

IMPORT MENJADOR MENSUAL 146,28 €

VALS DIARIS 6,95 €

La quota s'abonarà del dia 1 al 5 de cada mes.