



# MENÚ GENERAL

## Mes de maig de 2016



María Colomer Valiente  
Dietista-Nutricionista  
Col. IB00005

### CEIP GASPAR SABATER

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOUS	5	DIVENDRES	6
SOPA DE CARAGOLA		ESPAGUETIS SALTEJATS AMB ALL I OLI D'OLIVA I BACON		PURÉ DE CARABASSA		SOPA DE PEIX		LLENTIES AMB VERDURES	
LLOM PANAT		LLUÇ AL FORN		TRUITA ESPANYOLA		LLENGUADO MENIER		POLLASTRE A "LA PEPITORIA"	
AMB TOMÀTIGA TREMPADA		AMB Salsa de TOMÀTIGA		AMB VERDURES		ENSALADA AMB OLIVES		AMB VERDURES I PATATES	
FRUITA		FRUITA		IOGURT		FRUITA		FRUITA	
<i>suggeriment de sopar:</i> Truita a la francesa amb pisto de verdures		<i>suggeriment de sopar:</i> Ensalada d'arròs integral amb pollastre saltejat amb romaní		<i>suggeriment de sopar:</i> Lluç arrebossat amb ensalada amb crostons		<i>suggeriment de sopar:</i> Pastís de verdures amb patata bullida i salsa de tomàtiga		<i>suggeriment de sopar:</i> Ensalada variada amb pizza casolana	
FRUITA de temporada		FRUITA de temporada		FRUITA de temporada		FRUITA de temporada		FRUITA de temporada	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOUS	12	DIVENDRES	13
CANELONS ROSSINI		SOPA DE VERDURES COLADES AMB PASTA		ARRÒS BRUT		PURÉ DE CIGRONS		ENSALADA DE PASTA	
TRUITA FRANCESA		LLOM A LA PLANXA		BASTONETS DE LLUÇ		FILET CAPOLAT A LA PLANXA		SALMÓ A LA PLANXA	
AMB ENSALADA MIXTA		AMB VERDURETES(PEBRE VERMELL I VERD, ALBERGÍNIA I PATATA)		AMB ENSALADA MIXTA		AMB TOMÀTIGA TREMPADA		PATATA BULLIDA	
FRUITA		FRUITA		IOGURT		FRUITA		FRUITA	
<i>suggeriment de sopar:</i> Ensaladilla russa amb rap al vapor		<i>suggeriment de sopar:</i> Truita de patates i espinacs amb ensalada amb tonyina		<i>suggeriment de sopar:</i> Quínoa saltejada amb verdures i indiot amb alfabetgera		<i>suggeriment de sopar:</i> Llom de bacallà amb patata, carabassí i salsa de tomàtiga		<i>suggeriment de sopar:</i> Pitriera de pollastre arrebossada amb ensalada amb poma i panses	
FRUITA de temporada		FRUITA de temporada		FRUITA de temporada		FRUITA de temporada		FRUITA de temporada	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOUS	19	DIVENDRES	20
ARRÒS PILAF AMB TOMÀTIGA		FIDEUS GRUIXUTS A LA BOLONYESA		PURÉ DE CARABASSA		LLENTIES ESTOFADES		SOPA DE BULLIT	
LLENGUADO A L'ADOBÀ		TRUITA DE CARABASSÍ		PILOTES CASOLANES		LLUÇ ORLY		BULLIT	
AMB ENSALADA MIXTA		AMB PASTANAGA RALLADA I OLIVES		AMB VERDURES		AMB TRAMPÓ		AMB CIGRONS	
FRUITA		FRUITA		IOGURT		FRUITA		FRUITA	
<i>suggeriment de sopar:</i> Pitriera de pollastre a la planxa amb patates i xampinyons		<i>suggeriment de sopar:</i> Lluç al vapor amb tumbet		<i>suggeriment de sopar:</i> Truita de patates i carabassí amb ensalada amb olives		<i>suggeriment de sopar:</i> Arròs saltejat amb pisto de verdures i indiot		<i>suggeriment de sopar:</i> Lluç arrebossat amb ensalada amb arròs integral	
FRUITA de temporada		FRUITA de temporada		FRUITA de temporada		FRUITA de temporada		FRUITA de temporada	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOUS	26	DIVENDRES	27
ENSALADA DE PASTA		SOPA DE PEIX AMB SÈPIA		AGUIAT DE MONGETES		PURÉ DE VERDURES		SOPA DE PICADILLO	
LLUÇ AMB Salsa VERDA		ESCALOP MILANESA		PILET CAPOLAT A LA PLANXA		PERCA A LA PLANXA		TRUITA PAISANA	
AMB PATATA BULLIDA		AMB ENSALADA MIXTA		AMB VERDURA I PATATA		AMB TOMÀTIGA TREMPADA AMB TOC D'ALFABAGUERA		AMB CARABASSÍ ARREBOSSAT	
FRUITA		FRUITA		IOGURT		FRUITA		FRUITA	
<i>suggeriment de sopar:</i> Truita de patates i ceba amb ensalada amb poma i panses		<i>suggeriment de sopar:</i> Rap al vapor amb patata, mongetes i pastanaga al vapor		<i>suggeriment de sopar:</i> Ensalada de pasta amb hortalisses, tonyina i pèsols		<i>suggeriment de sopar:</i> Pollastre saltejat amb arròs integral amb pebres		<i>suggeriment de sopar:</i> Salmó al vapor amb patata bullida i ensalada	
FRUITA de temporada		FRUITA de temporada		FRUITA de temporada		FRUITA de temporada		FRUITA de temporada	
DILLUNS	30	DIMARTS	31						
PAELLA MIXTA		ESPAGUETIS CARBONARA							
CROQUETES DE POLLASTRE		PITRERA DE POLLASTRE A LA PLANXA							
AMB ENSALADA MIXTA		AMB PATATES I VERDURES							
FRUITA		FRUITA							
<i>suggeriment de sopar:</i> Lluç al forn amb patata, carabassí i salsa de tomàtiga		<i>suggeriment de sopar:</i> Truita de patates amb ensalada amb olives							
FRUITA de temporada		FRUITA de temporada							

Tots els menús van acompanyats de pa i aigua.

Si necessita informació dels al·lèrgens del menú contacti amb comedorescolares@jtmsl.es

**IMPORT MENJADOR MENSUAL 138,82 €**

**VALS DIARIS 6,80 €**

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