



MENÚ GENERAL

Mes d' abril de 2016



María Colomer Valiente
Dietista-Nutricionista
Col. IB00005

CEIP GASPAR SABATER

DILLUNS	4	DIMARTS	5	DIMECRES	6	DIJOUS	7	DIVENDRES	8
LLENTIES A LA "HORTELANA"		FIDEUS AMB BROU DE PEIX I CALAMAR		PURÉ DE CARABASSÍ I PORROS		ARRÒS AMB TOMÀTIGA		SOPA DE BULLIT	
LLOM AL FORN		CROQUETES DE POLLASTRE		TRUITA DE PERNIL		LLUÇ AL FORN		BULLIT	
VERDURES I PATATA		TREMPÓ		LLETUGA, PASTANAGA I BLAT DE MORO		SALSA VERDA I CARABASSÍ		AMB CIGRONS	
FRUITA		FRUITA		IOGURT		FRUITA		FRUITA	
<i>suggeriment de sopar:</i> Sopa de peix i peix al vapor amb ensalada Fruita de temporada		<i>suggeriment de sopar:</i> Hamburguesa de quinoa i formatge amb xampinyons Fruita de temporada		<i>suggeriment de sopar:</i> Arròs saltejat amb verdures i indiot Fruita de temporada		<i>suggeriment de sopar:</i> Trita de patata i ensalada amb advocat i nous Fruita de temporada		<i>suggeriment de sopar:</i> Ensalada variada i Pizza Fruita de temporada	
DILLUNS	11	DIMARTS	12	DIMECRES	13	DIJOUS	14	DIVENDRES	15
CANELONS ROSSINI		AGUIAT DE CIGRONS AMB BLEDES		SOPA DE VERDURES COLADES AMB PASTA		ENSALADA DE PASTA		PURÉ DE CARABASSA I PASTANAGA	
TRUITA A LA FRANCESA		SALMÓ A LA PLANXA		PILOTES CASOLANES DE CARN MIXTA		LLUÇ ORLY		POLLASTRE A LA PLANXA	
TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLI I ALFABAGUERA		PATATES ROSTIDES		AMB VERDURES		LLETUGA I PASTANAGA		PATATES FREGIDES	
FRUITA		FRUITA		IOGURT		FRUITA		FRUITA	
<i>suggeriment de sopar:</i> Hamburguesa de soia i verdures amb arròs saltejat Fruita de temporada		<i>suggeriment de sopar:</i> Purè de verdures i pollastre a la planxa amb ensalada Fruita de temporada		<i>suggeriment de sopar:</i> Trita de patates i ensalada amb poma i nous Fruita de temporada		<i>suggeriment de sopar:</i> Couscous saltejat amb verdures i indiot Fruita de temporada		<i>suggeriment de sopar:</i> Ensalada variada i Quiche d'espínacs Fruita de temporada	
DILLUNS	18	DIMARTS	19	DIMECRES	20	DIJOUS	21	DIVENDRES	22
PURÉ DE VERDURES		MACARRONS BOLONYESA		CUINAT DE LLENTIES		SOPA DE PICADILLO		PAELLA DE VERDURES	
PIZZA DE PERNIL		LLUÇ AL FORN		FILET CAPOLAT CASOLÀ A LA PLANXA		TRUITA ESPANYOLA		CALAMARS A L'ANDALUSSA	
LLETUGA I PASTANAGA		SALSA DE TOMÀTIGA		ARRÒS SALTEJAT		LLETUGA I OLIVES		BASTONETS DE PASTANAGA	
FRUITA		FRUITA		IOGURT		FRUITA		FRUITA	
<i>suggeriment de sopar:</i> Sopa de pasta i pollastre a la planxa amb ceba i pèsols Fruita de temporada		<i>suggeriment de sopar:</i> Trita de patates i ensalada amb olives i llavors Fruita de temporada		<i>suggeriment de sopar:</i> Molls fregits amb patata i ensalada Fruita de temporada		<i>suggeriment de sopar:</i> Cigrons saltejats amb patata, verdures i salsa de soia Fruita de temporada		<i>suggeriment de sopar:</i> "Fajitas" de pollastre i verdures Fruita de temporada	
DILLUNS	25	DIMARTS	26	DIMECRES	27	DIJOUS	28	DIVENDRES	29
ARRÒS PILAF AMB TOMÀTIGA		FIDEUS DE PEIX		ESPAGUETIS SALTEJATS AMB BACON, ALL I OLI		PURÉ DE VERDURES			
LLENGUADO A L'ADOBÀ		POLLASTRE AL FORN		TRUITA DE CARABASSÍ		PERCA A LA PLANXA AMB SALSA "MENUÏÈRE"			
LLETUGA I BLAT DE MORO		VERDURES I PATATA		TOMÀTIGA I OLIVES		PATATES FREGIDES			
FRUITA		FRUITA		IOGURT		FRUITA			
<i>suggeriment de sopar:</i> Puding de verdures amb patata i salsa de tomàtiga Fruita de temporada		<i>suggeriment de sopar:</i> Rap saltejat i ensalada amb arròs integral Fruita de temporada		<i>suggeriment de sopar:</i> Sopa de pasta i indiot a la planxa amb pisto de verdures Fruita de temporada		<i>suggeriment de sopar:</i> Trita de patata i ensalada amb advocat i nous Fruita de temporada			

NO LECTIU

Tots els menús van acompanyats de pa i aigua.

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

IMPORT MENJADOR MENSUAL 119,89 €

VALS DIARIS 6,80 €

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