

PROGRAMACIÓ DE MENÚ ESCOLES **Basal** **Febrer** **2024**

Dilluns 05		Dimarts 06		Dimecres 07		Dijous 08		Divendres 09	
Cigrons guisats		Crema de carbassa		Sopa casolana de l'àvia		Arròs blanc amb tomàquet		Llenties guisades	
Botifarra al forn amb amanida		Perniells de pollastre al forn amb verdures		Abadejo amb amanida		Truita paisana amb amanida		Til.làpia al forn amb amanida	
Pa i fruita fresca		Pa i Làctic		Pa i fruita fresca		Pa i fruita fresca		Pa i fruita fresca	
kcal 460 prot 38	lip 20 H.C. 58	kcal 550 prot 57	lip 22 H.C. 63	kcal 531 prot 41	lip 18 H.C. 58	kcal 460 prot 26	lip 16 H.C. 58	kcal 550 prot 57	lip 22 H.C. 63
Dilluns 12		Dimarts 13		Dimecres 14		Dijous 15		Divendres 16	
FESTIU		Cigrons estofats		Macarrons amb salsa de tomàquet		Paella de verdures		Crema de verdures	
		Truita de patata i ceba amb amanida		Hamburguesa casolana al forn amb amanida		Til.làpia al forn amb amanida		Porc guisat	
		Pa i Làctic		Pa i fruita fresca		Pa i fruita fresca		Pa i fruita fresca	
		kcal 550 prot 26	lip 16 H.C. 58	kcal 514 prot 37	lip 17 H.C. 58	kcal 550 prot 57	lip 22 H.C. 63	kcal 514 prot 30	lip 20 H.C. 58
Dilluns 19		Dimarts 20		Dimecres 21		Dijous 22		Divendres 23	
Arròs blanc amb tomàquet		Estofat de mongetes blanques		Fideuada cassolana		Mongeta tendra amb patata i pastanaga al vapor		Sopa casolana de l'àvia	
Mandonguilles a la jardineria		Perniells de pollastre rostits amb amanida		Lluç al forn amb amanida		Truita de patata i ceba amb amanida		Crestes de tonyina amb amanida	
Pa i fruita fresca		Pa i Làctic		Pa i fruita fresca		Pa i fruita fresca		Pa i fruita fresca	
kcal 450 prot 40	lip 19 H.C. 62	kcal 540 prot 44	lip 17 H.C. 58	kcal 531 prot 41	lip 18 H.C. 58	kcal 550 prot 26	lip 16 H.C. 58	kcal 509 prot 30	lip 20 H.C. 58
Dilluns 26		Dimarts 27		Dimecres 28		Dijous 29			
Espirals amb tomàquet		Estofat de mongetes blanques		Patates estofades amb verdures		Sopa de peix amb arròs			
Perniells de pollastre rostits amb moniato		Til.làpia al forn amb verdures		Truita paisana amb amanida		Hamburguesa casolana al forn amb amanida			
Pa i fruita fresca		Pa i Làctic		Pa i fruita fresca		Pa i fruita fresca			
kcal 540 prot 44	lip 17 H.C. 58	kcal 518 prot 36	lip 18 H.C. 58	kcal 460 prot 26	lip 16 H.C. 58	kcal 514 prot 37	lip 17 H.C. 58		

Podeu consultar els 14 al·lèrgens de declaració obligatòria inclosos en els plats a les fitxes tècniques que adjuntem. Aquest menú ha estat dissenyat per l'equip nutricional de Servescol, S.A.
 Transportat acabat de fer, amb un temps màxim de 4 hores entre l'expedició i el consum.
 La temperatura de sortida és en els plats calents superior a 80°, i en els plats freds inferior a 3°.
 Les matèries primeres són de proximitat. Les fruites i les verdures ens proveïem diàriament amb transport propi, directament de mercabarna.
 Les postres lactis són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral de la Garrotxa.

Cocina y Sabor Mediterráneo, S.L. - B-64.199.631