

Menú Escola Els Pins



Maig
2016

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

2

FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ

3

Patates amb bacallà

Hamburguesa Mixta amb amanida
d'enciam i tomàquet
Fruita del temps
706 Kcal 32gProt 24gGr 93gHidr

4

Cigrons amb Verdures
Lluç amb tomàquet i ceba al forn

Fruita del temps
655kcal 28gProt 23gGr 84gHidr

5

Espirals a la Carbonara
(crema de llet i bacon)
Pernilets de Pollastre forn amb
amanida d'enciam i pastanaga
Fruita del Temps
730kcal 26gProt 26gGr 98gHidr

6

Crema de Porro, Ceba i Patata
Vedella estofada amb salseta
Gelats
706 kcal 31gProt 26gGr 87gHidr

9

Espagueti Mariner
Pinxos de pollastre planxa amb
tomàquet amanit

Fruita del temps
702kcal 30gProt 22gGr 96gHidr

10

Coliflor amb patata

Salsitxes porc amb mongetes
saltejades amb allet
Fruita del Temps
707 kcal 24g Prot 31gGr 83gHidr

11

Sopa de gallina

Tires de lluç a la Andalus casolanes
amb amanida d'enciam i blat de moro
Fruita del Temps
683kcal 25gProt 27gGr 85gHidr

12

Crema de verdures i Llegums

Pizza de formatge i pernil dolç
Iogurt
737 Kcal 31gProt 23gGr 99gHidr

13

Fideuà

Truita Francesa amb Pernil Dolç amb
Enciam i pastanaga
Fruita del Temps
719 Kcal 29gProt 27gGr 90gHidr

16

SEGONA PASQUA

17

Macarrons amb tomàquet
i formatge

Croquetes de pernil amb amanida
d'enciam i blat de moro
Gelats
811 Kcal 23gProt 35gGr 101gHidr

18

Estofat de tonyina

Truita francesa amb amanida
d'enciam i pastanaga
Fruita del Temps
667 Kcal 29gProt 23gGr 86gHidr

19

Crema de verdures
De l'Hort

Hamburguesa de vedella amb
amanida d'enciam
Fruita del Temps
615kcal 26gProt 23gGr 76gHidr

20

Arròs Caldós amb peix

Pollastre Rostit amb amanida d'
Enciam i Olives
Fruita del Temps
614Kcal 25gProt 22gGr 79gHidr

23

Espirals de Colors
amb Formatge i beixamel
Lluç arrebossat amb amanida
d'enciam i blat de moro

Fruita del Temps
730kcal 23gProt 26gGr 101gHidr

24

Estofat de Gaspaxo de Síndria
Trinxat de la Cerdanya (col i
patata)

Pollastre forn amb salsa de poma
Fruita del Temps
614kcal 24gProt 22gGr 79gHidr

25

Cigrons estofats
amb verdures

Truita de patata i carbassó amb
Amanida d'Enciam i Olives
Iogurt
717kcal 25gProt 25gGr 98gHidr

26

Sopa Casolana amb
verdures, pollastre i os de pernil
Magra a la Planxa amb all i julivert i
enciam

Fruita del temps
714 kcal 33gProt 26gGr 87gHidr

27

FESTA DE L'ARTI
Arròs amb tomàquet
Hamburguesa Estil americà amb
patates fregides
Postre Especial i Fanta
671kcal 26gProt 23gGr 90gHidr

30

Macarrons amb tomàquet
Croquetes de Pollastre amb amanida
d'enciam

Fruita del Temps
773Kcal 21gProt 33gGr 98gHidr

31

Arròs a la Cassola/bolets

Lluç forn gratinat
amb maionesa
Fruita del temps
742 Kcal 29gProt 30gGr 89gHidr

Les fruites del temps són : pera, plàtan, poma,

taronja, meló, síndria

Menús Revisats Dietètica i

Nutricionalment pel Cesnut www.cesnut.com

Roser Montané Número col. 0681



www.alimentart.com

