

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

		<p style="text-align: right;">01</p> <p>Sopa de peix amb pistons Gall dindi a la planxa Carbassó arrebossat Pa blanc/integral i Fruita fresca 537,2Kcal - Prot:32,3g - Lip:20,8g - HC:52,6g AGS:3,3g - Sucres:16,2g - Sal:1,3g</p>	<p style="text-align: right;">02</p> <p>Bròquil amb patata Botifarra a la planxa Enciam i tomàquet Pa blanc/integral i logurt natural 614,5Kcal - Prot:27,2g - Lip:33,0g - HC:49,5g AGS:9,8g - Sucres:22,8g - Sal:3,9g</p>	<p style="text-align: right;">03</p> <p>Espirals integrals gratinats amb tomàquet i formatge Seitons arrebossats Enciam i olives Pa blanc/integral i Fruita fresca 643,2Kcal - Prot:23,6g - Lip:27,7g - HC:70,5g AGS:5,0g - Sucres:19,8g - Sal:3,3g</p>
<p style="text-align: right;">06</p> <p style="text-align: center;">FESTIU</p>	<p style="text-align: right;">07</p> <p style="text-align: center;">FESTIU</p>	<p style="text-align: right;">08</p> <p style="text-align: center;">FESTIU</p>	<p style="text-align: right;">09</p> <p>Macarrons amb tomàquet Lluç a l'andalusa Rodes de tomàquet i olives negres Pa blanc/integral i logurt natural 589,9Kcal - Prot:26,9g - Lip:14,9g - HC:83,4g AGS:3,6g - Sucres:20,9g - Sal:1,8g</p>	<p style="text-align: right;">10</p> <p>Mongetes verdes amb patata Mandonguilles a la jardinera - Pa blanc/integral i Fruita fresca 603,6Kcal - Prot:23,8g - Lip:32,1g - HC:49,9g AGS:1,0g - Sucres:18,5g - Sal:1,0g</p>
<p style="text-align: right;">13</p> <p>Arròs tres delícies Cinta de llom a la planxa Enciam i tomàquet Pa blanc/integral i Fruita fresca 619,9Kcal - Prot:33,5g - Lip:22,6g - HC:68,2g AGS:5,7g - Sucres:14,7g - Sal:1,9g</p>	<p style="text-align: right;">14</p> <p>Crema de xampinyons amb crostons Llacets amb carn picada i formatge - Pa blanc/integral i Fruita fresca 607,6Kcal - Prot:21,1g - Lip:16,6g - HC:88,6g AGS:5,9g - Sucres:20,9g - Sal:1,5g</p>	<p style="text-align: right;">15</p> <p>Bròquil amb patates Pollastre arrebossat Amanida mesclum amb blat de moro i olives verdes Pa blanc/integral i Fruita fresca 584,9Kcal - Prot:39,7g - Lip:18,5g - HC:60,1g AGS:3,2g - Sucres:16,1g - Sal:1,9g</p>	<p style="text-align: right;">16</p> <p>Pèsols saltejats amb patata i pernil salat Truita de carbassó Enciam i pastanaga Pa blanc/integral i logurt natural 575,4Kcal - Prot:30,0g - Lip:24,3g - HC:53,2g AGS:6,6g - Sucres:25,7g - Sal:2,0g</p>	<p style="text-align: right;">17</p> <p>Sopa d'au amb fideus Gall de Sant Pere rostit amb patates - Pa blanc/integral i Fruita fresca 514,2Kcal - Prot:29,1g - Lip:9,1g - HC:74,6g AGS:2,1g - Sucres:17,8g - Sal:1,3g</p>
<p style="text-align: right;">20</p> <p>Llenties amb verduretes i tempeh Hamburguesa vegetal Enciam i tomàquet Pa blanc/integral i Fruita fresca 633,3Kcal - Prot:23,1g - Lip:20,5g - HC:79,5g AGS:2,7g - Sucres:19,0g - Sal:0,9g</p>	<p style="text-align: right;">21</p> <p style="text-align: center;">MENÚ ESPECIAL DE NADAL</p>	<p style="text-align: right;">22</p> <p>Paella de verdures Salsitxes a la planxa Enciam i pastanaga Pa blanc/integral i Fruita fresca 654,8Kcal - Prot:21,3g - Lip:28,3g - HC:75,7g AGS:7,6g - Sucres:19,6g - Sal:3,3g</p>	<p style="text-align: right;">23</p>	<p style="text-align: right;">24</p> <p style="text-align: center;"><i>Bon Nadal</i></p>
<p style="text-align: right;">27</p> <p style="text-align: center;">Consum de Proximitat</p> <p>Revisat per Laia Torrelles, Diplomada en Nutrició i dietètica. Col·legiada nº CAT001125</p>	<p style="text-align: right;">28</p>	<p style="text-align: right;">29</p>	<p style="text-align: right;">30</p>	<p style="text-align: right;">31</p>

TORNADA AL COL·LEGI, TORNADA AL MENJADOR. ESPAIS SEGURS I SALUDABLES

Hostesa



Al menjador del col·legi, hi hem instaurat un nou protocol per complir amb les noves normatives de seguretat i de salut.

1 Hem desenvolupat un protocol d'actuació únic que ha rebut la certificació AENOR i tot el nostre personal n'ha rebut formació específica.

2 Apliquem totes les mesures per poder mantenir el distanciament de seguretat i evitar el contacte.

3 Els nostres menús estan elaborats per nutricionistes i compleixen protocols de seguretat alimentària rigorosos.

Per a més informació, visiteu el web del col·legi

RECOMANADOR DE SOPARS

DINAR		SOPAR	
pasta/arròs	+ carn	verdura	+ peix
pasta/arròs	+ peix	verdura	+ ou
pasta/arròs	+ ou	verdura	+ carn
verdura	+ carn	pasta/arròs	+ peix
verdura	+ peix	pasta/arròs	+ ou
verdura	+ ou	pasta/arròs	+ carn
llegums	+ carn	verdura	+ peix
llegums	+ peix	verdura	+ ou
llegums	+ ou	verdura	+ carn
fruita		lacti	
lacti		fruita	

