



MENÚ RÈGIM I CONTROL COLESTEROL - MAIG 2017

ESCOLA RIUS I TAULET

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
	Llenties eco bullides amb verduretes	Arròs 3 delícies amb pèsols, truita i pernil dolç	Mongeta tendra i patates amb rajolí d'oli d'oliva	Amanida de pasta
	Lluç a la planxa amb enciam i pastanaga	Truita a la francesa i enciam de colors	Broqueta de gall dindi amb enciam, tomàquet i olives	Pit de pollastre a la planxa amb pèsols i pastanaga
	Fruita del temps	Macedònia de fruita	Fruita del temps	Fruita del temps
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
Espaguetis amb salsa suau de verduretes	Crema de verdures de temporada	Cigrons eco amb espinacs	Amanida russa (sense maionesa)	Arròs amb salsa de tomàquet
Llenguadina al forn amb juliana de ceba, patates i tomàquet	Truita amb patates i enciam amb tomàquet amanit	Pit de pollastre al forn i enciam amb pastanaga i olives	Pollastre rostit amb verduretes	Gall dindi a la planxa i enciam amb daus de cogombre
Fruita del temps	Fruita del temps	Macedònia de fruita	Fruita del temps	Fruita del temps
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
Pèsols i patates saltejats amb oli d'all i pernil dolç	Pasta de colors amb tomàquet ratllat i alfàbrega fresca	Purè de carbassa i pastanaga	Patates al forn amb tomàquet ratllat	Amanida d'arròs amb tonyina i enciam
Truita a la francesa i enciam amb tomàquet amanit	Lluç a la planxa i enciam amb pastanaga	Pollastre a la llimona i enciam amb remolatxa	Gall dindi a la planxa amb verduretes tricolor	Vedella a la planxa amb patates al forn
Fruita del temps	Fruita del temps	Macedònia de fruita	Fruita del temps	Fruita del temps
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
Macarrons amb tomàquet ratllat	Verdura tricolor amb rajolí d'oli d'oliva	Mongetes eco bullides amb verduretes i bacallà	Arròs saltejat amb pèsols	Crema de porros i carbassó
Pit de pollastre amb tomàquet al forn	Gall dindi a la planxa amb enciam i daus de cogombre	Truita paisana i enciam amb tomàquet amanit	Llenguadina al forn amb amanida	Pernilets de pollastre al forn i enciam amb pastanaga
Fruita del temps	Fruita del temps	Macedònia de fruita	Fruita del temps	Fruita del temps
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31		
Mongeta tendra amb patates	Cigrons eco bullits amb verduretes	Tallarines saltejades amb verduretes		
Lluç a la planxa amb enciam i olives	Pit de pollastre a la planxa i enciam amb pastanaga	Lluç al forn amb patates panaderes i enciam de colors		
Fruita del temps	Fruita del temps	Macedònia de fruita		

El/la responsable del menjador diposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presenten al·lèrgies.