



MENÚ RÈGIM I CONTROL COLESTEROL - GENER 2018

ESCOLA RIUS I TAULET



DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
Llenties eco amb arròs	Espaguettis a la napolitana	Brou de verdures i llegums amb galets	Paella mixta amb cap de costella	Mongeta tendra amb patates i pastanaga i rajolí d'oli d'oliva
Lluç a la planxa i enciam amb pastanaga	Truita amb tonyina i enciam amb olives	Gall dindi al forn amb patates dau	Lluç al forn amb enciam i tomàquet amanit	Bistec de vedella amb tomàquets al forn
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
Macarrons a la bolonyesa	Puré de carbassó amb oli d'oliva	Cigrons eco amb verduretes	Patates estofades amb pèsols i pastanagues	Sopa de peix amb arròs
Truita a la francesa amb enciam i pastanaga	Broquetes de pollastre amb patata al forn i enciam amanit	Hamburguesa mixta a la planxa amb enciam i tomàquet	Bacallà al forn amb salsa de tomàquet	Panini casolà de tomàquet i tonyina
Fruita del temps	Fruita del temps	Macedònia de fruites	Fruita del temps	Fruita del temps
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
Pèsols saltejats amb pernil i sofregit de ceba amb tomàquet	Arròs amb tomàquet	Brou de pollastre amb pasta petita	Espirals amb tomàquet	Crema de carbassa amb oli d'oliva
Pit de pollastre al forn amb puré de patates i enciam amanit	Truita amb patates i enciam amb cogombre	Pernilets de pollastre al forn amb enciam amanit	Gallineta al forn amb verduretes	Vedella al forn amb vaset d'arròs blanc
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMARTS 31		
Tallarines a la bolonyesa	Patates amb puntes de calamar	Sopa barrejada (amb pasta petita, col i patates dau)		
Pit de pollastre a la planxa amb enciam i tomàquet amanit	Llom a la planxa amb juliana de ceba i tomàquet	Pit de pollastre amb verdures saltejades i enciam amanit		
Fruita del temps	Fruita del temps	Macedònia de fruites		

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