

MENÚ ELABORAT PEL DEPARTAMENT DE NUTRICIÓ DE aramark

MES: Octubre 2019

COL·LEGI: PIA BALAGUER

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Valoració
	1 Mongeta verda, pastanaga i patata ofegades Pit de pollastre amb amanida de tomàquet logurt i pa	2 Arròs napolitana Ventresca de lluç a la grega Fruita i pa	3 Llenties estofades Truita de patates amb d'enciam i blat de moro Fruita i pa	4 Sopa d'estrelles Llonganissa al forn amb xampinyons Fruita i pa	VE: 2228/533 GT: 16 GS: 3 HC: 73 AZ: 17 PROT: 28 SAL: 3
7 Fideuà de pollastre Truita de pernil dolç amb d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa	8 Crema de pastanaga i carbassa amb poma Pollastre al forn amb poma i ceba logurt i pa	9 Cigrons amb verdures Llenguadina empanada amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) Fruita i pa	10 Patates guisades Hamburguesa de vedella amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa	11 Arròs tres delícies Filet de palometa amb pil-pil de tomàquet Fruita i pa	VE: 3102/742 GT: 23 GS: 4 HC: 76 AZ: 19 PROT: 32 SAL: 2
14 Llenties estofades Croquetes de pernil amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) Fruita i pa	15 Crema de verdures Mandonguilles amb salsa de xampinyons logurt i pa	16 Macarrons bolonyesa Truita de carbassó amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa	17 Mongeta verda amb patates Pollastre al chilindrón amb d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa	18 Arròs amb pollastre i cúrcuma Filet de lluç al forn amb vinagreta de soja amb patates panadera Fruita i pa	VE: 3319/794 GT: 26 GS: 5 HC: 81 AZ: 19 PROT: 30 SAL: 2
21 Crema de carbassó Llom arrebossat amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) Fruita i pa	22 Arròs de melós de carbassa i formatge Llom de perca a les fines herbes amb amanida de tomàquet logurt i pa	23 Llenties estofades Truita de formatge amb d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa	24 Mongeta verda amb patates Ventresca de lluç amb refregit d'all i balsàmic amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa	25 Sopa de fideus Pollastre rostit a la llimona amb puré de patates Fruita i pa	VE: 2888/691 GT: 19 GS: 3 HC: 70 AZ: 18 PROT: 32 SAL: 2
28 Espaguetis amb pesto de tomàquet Truita de tonyina amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa	29 Canelons de carn Fritura variada amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) logurt i pa	30 Paella mixta Lluç a la planxa amb d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa	31 Sopa a la marinera amb peix i quinoa Pollastre a la poma Fruita i pa	VE: 3524/843 GT: 27 GS: 5 HC: 81 AZ: 18 PROT: 31 SAL: 2	