

MES: Setembre 2021

COL·LEGI: SAGRADA FAMÍLIA VILADECANS

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Valoració
		1	2	3	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
6	7	8	9	10	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
13 Arròs napolitana Hamburguesa de vedella amb amanida d'enciam i soja logurt (sense lactosa) i pa	14 Mongeta verda amb patates Lluç a la planxa amb parmentier de pastanaga amb soja Fruita i pa integral	15 Mongetes blanques estofades amb verdures Truita francesa amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa	16 Espaguetis bolonyesa Abadejo a les fines herbes amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa integral	17 Crema de verdures amb kale Pollastre rostit al romaní amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa	VE: 2475/592 GT: 13 GS: 2 HC: 95 AZ: 25 PROT: 35 SAL: 2
20 Llenties estofades amb moniato Truita de patates amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro logurt (sense lactosa) i pa	21 Arròs amb magre i xampinyons Croquetes de pollastre amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) Fruita i pa integral	22 Cigrons amb verdures Salmó al forn amb salsa de porros amb patates panadera Fruita i pa	23 Crema de carbassó Llom amb allada amb amanida amb d'enciam, blat de moro i quinoa Fruita i pa integral	24 Sopa de verdures amb arròs Contraçuixa de pollastre a la llimona amb amanida d'enciam i olives Fruita i pa	VE: 3218/770 GT: 25 GS: 3 HC: 105 AZ: 26 PROT: 36 SAL: 3
27 Minestra de verdures saltades Mandonguilles amb salsa de xampinyons logurt (sense lactosa) i pa	28 Patates estofades amb carn i verdures Filet de lluç al forn amb vinagreta de cítrics amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa integral	29 Crema de mongetes amb daus de pernil i romaní Truita de formatge amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) Fruita i pa	30 Paella d'arròs integral amb verdures Calamar en tempura i guacamole de bròquil amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa integral		VE: 3009/720 GT: 24 GS: 10 HC: 100 AZ: 23 PROT: 36 SAL: 3