

Sense ou

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 natural 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 Llom rostit amb salsa amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa	16 Espaguetis bolonyesa amb pasta (sense ou) 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: 2674/640 GT: 16 GS: 3 HC: 97 AZ: 26 PROT: 38 SAL: 3
20 Llenties estofades amb moniato Lluç a la planxa amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro logurt de sabors i pa	21 Arròs amb magre i xampinyons Pollastre al forn 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: 2758/660 GT: 13 GS: 2 HC: 99 AZ: 26 PROT: 41 SAL: 3
27 Minestra de verdures saltades Mandonguilles amb salsa de xampinyons logurt natural 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 Contraçuixa de pollastre a la llimona amb amanida d'enciam, ceba i olives Fruita i pa	30 Paella d'arròs integral amb verdures Calamars amb salsa amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa integral		VE: 2908/696 GT: 24 GS: 6 HC: 92 AZ: 22 PROT: 39 SAL: 3