

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

		<p><b>01</b></p> <p><i>Macarrons amb carbonara</i> <i>Filet de pollastre al forn amb amanida d'enciam, blat de moro i olives</i> <i>Fruita fresca/Pa</i> 819,8Kcal - Prot:42,3g - Lip:34,6g - HC:81,3g AGS:11,9g - Sucres:20,5g - Sal:3,1g</p>	<p><b>02</b></p> <p><i>Cigrons amb patata</i> <i>Magra de porc amb tomàquet</i> <i>Fruita fresca/Pa</i> 632,1Kcal - Prot:39,6g - Lip:19,5g - HC:68,0g AGS:4,4g - Sucres:19,8g - Sal:1,5g</p>	<p><b>03</b></p> <p><i>Crema de verdures</i> <i>Truita de patata i ceba amb amanida d'enciam i tomàquet i blat de moro</i> <i>Fruita fresca/Pa</i> 715,85Kcal - Prot:22,3g - Lip:26,78g - HC:89,97g AGS:3,1g - Sucres:22,1g - Sal:3,4g</p>
<p><b>06</b></p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>07</b></p> <p><b>DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ</b></p>	<p><b>08</b></p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>09</b></p> <p><i>Sopa de l'àvia</i> <i>Cuixa de gall dindi al forn amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga</i> <i>Fruita fresca/Pa</i> 647,2Kcal - Prot:34,8g - Lip:25,5g - HC:63,3g AGS:10,2g - Sucres:23,1g - Sal:1,7g</p>	<p><b>10</b></p> <p><i>Arròs amb verdures</i> <i>Lluç amb salsa de tomàquet</i> <i>Fruita fresca/Pa</i> 696,6Kcal - Prot:34,26g - Lip:11,5g - HC:108,4g AGS:4,5g - Sucres:17,4g - Sal:1,0g</p>
<p><b>13</b></p> <p><i>Llenties amb verdures</i> <i>Truita francesa amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro</i> <i>Fruita fresca/Pa</i> 775,9Kcal - Prot:38,33g - Lip:26,8g - HC:88,3g AGS:3,0g - Sucres:19,1g - Sal:1,7g</p>	<p><b>14</b></p> <p><i>Arròs amb carbassa i bròquil</i> <i>Pernilets de pollastre al forn amb amanida d'enciam, tomàquet i olives</i> <i>logurt/Pa</i> 750,7Kcal - Prot:40,6g - Lip:28,3g - HC:82,1g AGS:8,0g - Sucres:21,9g - Sal:2,0g</p>	<p><b>15</b></p> <p><i>Mongetes verdes amb patata al vapor</i> <i>Mandonguilles a la jardinera</i> <i>Fruita fresca/Pa</i> 708,0Kcal - Prot:25,9g - Lip:33,2g - HC:70,1g AGS:1,2g - Sucres:20,7g - Sal:1,2g</p>	<p><b>16</b></p> <p><i>Macarrons amb tonyina</i> <i>Llom a la planxa amb amanida d'enciam, pastanaga i blat de moro</i> <i>Fruita fresca/Pa</i> 627,9Kcal - Prot:30,7g - Lip:15,7g - HC:86,3g AGS:2,6g - Sucres:25,7g - Sal:2,1g</p>	<p><b>17</b></p> <p><i>Crema de carbassó</i> <i>Lluç a la planxa amb pastanaga saltejada</i> <i>Fruita fresca/Pa</i> 576,7Kcal - Prot:33,1g - Lip:25,9g - HC:49,6g AGS:5,4g - Sucres:21,2g - Sal:1,6g</p>
<p><b>20</b></p> <p><i>Arròs amb salsa de tomàquet</i> <i>Croquetes de pernil amb amanida d'enciam, pastanaga i olives</i> <i>Fruita fresca/Pa</i> 651,4Kcal - Prot:12,2g - Lip:19,0g - HC:104,3g AGS:2,9g - Sucres:23,8g - Sal:4,0g</p>	<p><b>21</b></p> <p><i>Sopa de verdures amb fideus</i> <i>Pollastre al forn amb patates panadera</i> <i>Fruita fresca/Pa</i> 774,9Kcal - Prot:40,5g - Lip:29,2g - HC:80,7g AGS:6,2g - Sucres:18,0g - Sal:1,7g</p>	<p><b>22</b></p> <p><b><u>MENÚ ESPECIAL NADAL</u></b> <i>Sopa de Nadal amb galets</i> <i>Canelons amb beixamel</i> <i>Pa blanc/integral i Torró de xocolata</i></p>	<p><b>23</b></p>	<p><b>24</b></p> <p><i>Bon Nadal</i></p> 
<p><b>27</b></p>	<p><b>28</b></p>	<p><b>29</b></p>	<p><b>30</b></p>	<p><b>31</b></p>

# TORNADA AL COL·LEGI, TORNADA AL MENJADOR. ESPAIS SEGURS I SALUDABLES

serunion®



Al menjador del col·legi, hi hem instaurat un nou protocol per complir amb les noves normatives de seguretat i de salut.

**1** Hem desenvolupat un protocol d'actuació únic que ha rebut la certificació AENOR i tot el nostre personal n'ha rebut formació específica.

**2** Apliquem totes les mesures per poder mantenir el distanciament de seguretat i evitar el contacte.

**3** Els nostres menús estan elaborats per nutricionistes i compleixen protocols de seguretat alimentària rigorosos.

Per a més informació, visiteu el web del col·legi

## RECOMANADOR DE SOPARS

### DINAR

- pasta/arròs + carn
- pasta/arròs + peix
- pasta/arròs + ou

### SOPAR

- verdura + peix
- verdura + ou
- verdura + carn

- verdura + carn
- verdura + peix
- verdura + ou

- pasta/arròs + peix
- pasta/arròs + ou
- pasta/arròs + carn

- llegums + carn
- llegums + peix
- llegums + ou

- verdura + peix
- verdura + ou
- verdura + carn



fruita



lacti



lacti



fruita

SERVEI D'ATENCIÓ  
NUTRICIONAL PER A FAMÍLIES

902 360 030

nutricion360@serunion.elior.com

www.serunion-educa.com

Entitats col·laboradores:



AENOR

PROTOCOLO  
FRENTE AL COVID-19

SERUNION