

DILLUNS
DIMARTS
DIMECRES
DIJOUS
DIVENDRES

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	01		02	03
	Verdura tricolor a l'oli d'all Vedella a la jardinera Fruita fresca/Pa 732,8Kcal - Prot:34,2g - Lip:32,8g - HC:70,5g AGS:11,9g - Sucres:19,6g - Sal:1,6g	Mongetes blanques amb verdures Varettes de lluç amb amanida de tomàquet logurt sabors/Pa 753,7Kcal - Prot:24,9g - Lip:27,1g - HC:94,2g AGS:10,6g - Sucres:26,0g - Sal:2,6g	Sopa de l'àvia Cuixa de gall dindi al forn amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita fresca/Pa 647,2Kcal - Prot:34,8g - Lip:25,5g - HC:63,3g AGS:10,2g - Sucres:23,1g - Sal:1,7g	Arròs amb verdures Lluç amb salsa de tomàquet Fruita fresca/Pa 696,6Kcal - Prot:34,26g - Lip:11,5g - HC:108,4g AGS:4,5g - Sucres:17,4g - Sal:1,0g
07	08	09	10	11
Llenties amb verdures Truita francesa amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita fresca/Pa 775,9Kcal - Prot:38,33g - Lip:26,8g - HC:88,3g AGS:3,0g - Sucres:19,1g - Sal:1,7g	Arròs amb carbassa i bròquil Pernilets de pollastre al forn amb amanida d'enciam, tomàquet i olives logurt/Pa 750,7Kcal - Prot:40,6g - Lip:28,3g - HC:82,1g AGS:8,0g - Sucres:21,9g - Sal:2,0g	Mongetes verdes amb patata al vapor Mandonguilles a la jardinera Fruita fresca/Pa 708,0Kcal - Prot:25,9g - Lip:33,2g - HC:70,1g AGS:1,2g - Sucres:20,7g - Sal:1,2g	Macarrons amb tonyina Llom a la planxa amb amanida d'enciam, pastanaga i blat de moro Fruita fresca/Pa 627,9Kcal - Prot:30,7g - Lip:15,7g - HC:86,3g AGS:2,6g - Sucres:25,7g - Sal:2,1g	Crema de carbassó Lluç a la planxa amb pastanaga saltejada Fruita fresca/Pa 576,7Kcal - Prot:33,1g - Lip:25,9g - HC:49,6g AGS:5,4g - Sucres:21,2g - Sal:1,6g
14	15	16	17	18
Arròs amb salsa de tomàquet Croquetes de pernil amb amanida d'enciam, pastanaga i olives Fruita fresca/Pa 651,4Kcal - Prot:12,2g - Lip:19,0g - HC:104,3g AGS:2,9g - Sucres:23,8g - Sal:4,0g	Sopa de verdures amb fideus Pollastre al forn amb patates panadera Fruita fresca/Pa 774,9Kcal - Prot:40,5g - Lip:29,2g - HC:80,7g AGS:6,2g - Sucres:18,0g - Sal:1,7g	Espaguetis amb salsa de xampinyons Lluç a la planxa amb amanida d'enciam, blat de moro i olives Fruita fresca/Pa 754,95Kcal - Prot:38,32g - Lip:20,98g - HC:99,2g AGS:4,2g - Sucres:21,0g - Sal:1,8g	Bròquil amb beixamel gratinat amb formatge Vedella amb salsa de pastanagues Fruita fresca/Pa 721,98Kcal - Prot:53,9g - Lip:25,67g - HC:61,09g AGS:7,4g - Sucres:25,0g - Sal:1,9g	Cigrons amb verdures Truita de patates amb amanida d'enciam, tomàquet i olives logurt/Pa 683,2Kcal - Prot:27,9g - Lip:24,6g - HC:83,3g AGS:6,4g - Sucres:25,2g - Sal:4,0g
21	22	23	24	25
Crema de pastanaga Salsitxes a la planxa amb patates xips Fruita fresca/Pa 669,2Kcal - Prot:21,5g - Lip:29,0g - HC:76,2g AGS:8,7g - Sucres:26,9g - Sal:3,9g	Fideus amb verdures Magra a la planxa amb samfaina Fruita fresca/Pa 855,0Kcal - Prot:33,3g - Lip:41,7g - HC:83,1g AGS:11,1g - Sucres:20,1g - Sal:5,0g	Mongetes verdes amb patates Filet de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro logurt/Pa 668,7Kcal - Prot:40,0g - Lip:25,9g - HC:64,8g AGS:7,5g - Sucres:26,2g - Sal:1,9g	Mongetes blanques estofades amb xoriç Truita de tonyina amb amanida d'enciam, blat de moro i olives Fruita fresca/Pa 728,7Kcal - Prot:40,0g - Lip:24,9g - HC:64,8g AGS:7,5g - Sucres:27,2g - Sal:1,9g	Arròs tres delícies Lluç empanat amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita fresca/Pa 675,3Kcal - Prot:28,7g - Lip:18,4g - HC:96,0g AGS:3,1g - Sucres:17,6g - Sal:2,0g
28	29	30	31	
Llenties amb pastanaga Truita francesa amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita fresca/Pa 686,3Kcal - Prot:35,7 - Lip:18,8g - HC:91,71g AGS:3,0g - Sucres:19,5g - Sal:1,8g	Sopa de lletres Pernilets de pollastre en salsa amb xampinyons Fruita fresca/Pa 715,5Kcal - Prot:40,6g - Lip:21,6g - HC:85,9g AGS:5,3g - Sucres:18,5g - Sal:1,6g	Pèsols saltejats amb patates Pizza de pernil dolç amb amanida de tomàquet Fruita fresca/Pa 771,0Kcal - Prot:27,6g - Lip:18,2g - HC:115,3g AGS:2,5g - Sucres:28,5g - Sal:3,2g	Espirals amb tomàquet Estofat de vedella amb patates i minestra logurt sabors/Pa 848,1Kcal - Prot:38,4g - Lip:37,8g - HC:85,2g AGS:14,4g - Sucres:26,1g - Sal:1,6g	

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:

