

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

01

02



05

06

07

08

09

Macarrons amb tomàquet  
Limanda a l'andalusa casolana  
Enciam i pastanaga

Pa blanc/integral i Fruita fresca  
624,6Kcal - Prot:28,6g - Lip:16,0g - HC:88,1g  
AGS:2,5g - Sucres:18,4g - Sal:2,0g

Bròquil amb patates  
Estofat de gall dindi

Pa blanc/integral i Fruita fresca  
825,0Kcal - Prot:32,1g - Lip:35,7g - HC:89,8g  
AGS:12,5g - Sucres:20,3g - Sal:1,9g

Crema de carbassó  
San Jacobo  
Enciam i tomàquet

Pa blanc/integral i Fruita fresca  
591,5Kcal - Prot:10,6g - Lip:24,9g - HC:75,9g  
AGS:4,5g - Sucres:20,8g - Sal:3,5g

Mongetes blanques guisades amb verdures  
Contraçuixa de pollastre a la planxa  
Enciam i blat de moro

Pa blanc/integral i Gelat  
713,9Kcal - Prot:36,3g - Lip:26,3g - HC:75,1g  
AGS:10,0g - Sucres:23,3g - Sal:1,8g

Amanida tropical d'arròs  
Truita de patates  
Enciam i olives

Pa blanc/integral i Fruita fresca  
520,8Kcal - Prot:19,5g - Lip:25,2g - HC:50,9g  
AGS:6,2g - Sucres:20,3g - Sal:2,1g

12

13

14

15

16

Crema Parmentier (pastanaga i porro)  
Llom a la planxa  
Enciam i pastanaga

Pa blanc/integral i Fruita fresca  
750,4Kcal - Prot:28,7g - Lip:37,7g - HC:68,4g  
AGS:10,6g - Sucres:22,7g - Sal:1,8g

Amanida de patata  
Croquetes de pernil  
Enciam i olives

Pa blanc/integral i logurt de proximitat  
692,0Kcal - Prot:22,5g - Lip:22,6g - HC:92,4g  
AGS:4,2g - Sucres:29,3g - Sal:3,8g

Cigrons amb verdures  
Pernillets de pollastre a les fines herbes  
Patates panadera al forn

Pa blanc/integral i Fruita fresca  
545,7Kcal - Prot:25,7g - Lip:20,5g - HC:59,4g  
AGS:4,5g - Sucres:30,3g - Sal:2,2g

Amanida de llacets amb enciam i tonyina  
Truita de carbassó  
Tomàquet amanit amb orenga

Pa blanc/integral i Fruita fresca  
608,1Kcal - Prot:23,2g - Lip:21,9g - HC:73,9g  
AGS:4,7g - Sucres:24,0g - Sal:2,0g

Mongeta verda amb patata  
Lluç al forn  
Enciam i tomàquet

Pa blanc/integral i Fruita fresca  
704,0Kcal - Prot:37,6g - Lip:22,2g - HC:82,8g  
AGS:4,9g - Sucres:19,7g - Sal:2,0g

19

20

21

22

23

Espirals carbonara  
Daus de gall dindi a la jardinera

Pa blanc/integral i Fruita fresca  
765,5Kcal - Prot:37,2g - Lip:37,6g - HC:65,6g  
AGS:7,7g - Sucres:22,0g - Sal:2,7g

Ensaladilla russa  
Llom arrebossat casolà  
Tomàquet amanit amb olives negres

Pa blanc/integral i Fruita fresca  
828,6Kcal - Prot:43,9g - Lip:31,1g - HC:89,7g  
AGS:10,4g - Sucres:26,1g - Sal:2,3g

Empedrat de llenties amb tomàquet,  
pastanaga, olives i formatge  
Hamburguesa a la planxa

Ceba caramel·litzada  
Pa blanc/integral i Fruita fresca  
741,3Kcal - Prot:25,3g - Lip:20,3g - HC:90,2g  
AGS:1,6g - Sucres:22,8g - Sal:3,0g

Arròs tres delícies  
Halibut al forn  
Enciam i tomàquet

Pa blanc/integral i Gelat  
655,7Kcal - Prot:29,6g - Lip:20,5g - HC:87,2g  
AGS:8,3g - Sucres:20,0g - Sal:1,8g

Vichyssoise amb crostonets de pa  
Truita de tonyina  
Enciam i blat de moro

Pa blanc/integral i Fruita fresca  
597,0Kcal - Prot:23,1g - Lip:21,7g - HC:72,7g  
AGS:4,7g - Sucres:29,2g - Sal:2,1g

26

27

28

29

30

**FESTIU**

Verdura tricolor (mongeta verda, pastanaga  
i patata)

Truita francesa amb pernil dolç  
Tomàquet amanit

Pa blanc/integral i Fruita fresca  
600,3Kcal - Prot:23,9g - Lip:23,8g - HC:67,4g  
AGS:5,1g - Sucres:26,0g - Sal:2,2g

Amanida d'enciam, pastanaga, espàrrecs i  
blat de moro

Cuixa de pollastre al forn  
Patates xips

Pa blanc/integral i Fruita fresca  
532,5Kcal - Prot:14,6g - Lip:11,1g - HC:90,0g  
AGS:2,5g - Sucres:22,4g - Sal:1,4g

Crema de mongetes blanques amb cruixent  
de pernil

Mandonguilles amb salsa de pastanagues

Pa blanc/integral i logurt de proximitat  
779,6Kcal - Prot:32,8g - Lip:35,0g - HC:74,9g  
AGS:2,7g - Sucres:25,7g - Sal:1,7g

Espaguetis napolitana (tomàquet trossos i  
orenga) amb formatge

Lluç amb salsa verda  
Enciam i pastanaga

Pa blanc/integral i Fruita fresca  
765,4Kcal - Prot:40,7g - Lip:25,8g - HC:88,8g  
AGS:5,2g - Sucres:29,0g - Sal:2,5g

# 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

- +
- +
- +

### SOPAR

- +
- +
- +

- +
- +
- +

- +
- +
- +

- +
- +
- +

- +
- +
- +



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:

