

# MENÚ ELABORAT PEL DEPARTAMENT DE NUTRICIÓ DE aramark

MES: Abril 2019

COL·LEGI: MARE DE DEU MONTSERRAT

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	I. Nutricional
<p><b>1</b> <b>B:Làctic, pa i pernil</b> Verdura tricolor (patata, pastanaga, mongeta verda) Botifarra al forn amb mongetes saltejades amb all i julivert Fruita i pa Vegetables (potatoo, carrot, green bean) Baked butifarra sausage with beans sautéed with garlic &amp; parsley Fruit and bread</p>	<p><b>2</b> <b>B:Làctic, pa i formatge</b> Espaguetis carbonara Contracuixa de pollastre al forn amb xampinyons Fruita i pa Spaghetti in carbonara sauce Baked chicken with mushrooms Fruit and bread</p>	<p><b>3</b> <b>B:Làctic, pa i xoriço</b> Llenties estofades Truita francesa amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) Fruita i pa Stewed lentils Omelette with fruit salad (lettuce, olives, sunflower seeds) Fruit and bread</p>	<p><b>4</b> <b>B:Làctic, pa i tonyina</b> Sopa d'estrelles San Marino (lluç, pernil dolç i formatge) amb amanida Fruita i pa Star pasta soup San Marino (hake, ham &amp; cheese) with salad Fruit and bread</p>	<p><b>5</b> <b>B:Làctic, pa i xocolata</b> Arròs napolitana Lluç al forn amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita i pa Napolitan rice Baked hake with spring salad (lettuce, tomatoes &amp; sweetcorn) Fruit and bread</p>	<p>Kcl: 646 HC: 84 Prot: 26 Lip: 26</p>
<p><b>8</b> <b>B:Làctic, pa i pernil</b> Fideuada Varetes de lluç i calamars a la romana amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa Fideua (fine paella) Hake fishsticks &amp; battered fried squid with salad (lettuce, tomatoes &amp; carrots) Fruit and bread</p>	<p><b>9</b> <b>B:Làctic, pa i formatge</b> Crema de verdures Estofat de porc amb jardineria Fruita i pa Vegetables cream Pork stew with mixed vegetables Fruit and bread</p>	<p><b>10</b> <b>B:Làctic, pa i xoriço</b> Puré de llegums Ous remenats amb pernil dolç i formatge amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) Fruita i pa Legume purée Scrambled eggs with ham &amp; cheese with fruit salad (lettuce, olives, sunflower seeds) Fruit and bread</p>	<p><b>11</b> <b>B:Làctic, pa i tonyina</b> Mongeta verda amb patates Hamburguesa de vedella amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita i pa Green beans with potatoes Beef hamburger with spring salad (lettuce, tomatoes &amp; sweetcorn) Fruit and bread</p>	<p><b>12</b> <b>B:Llet, coca i xocolata</b> Arròs amb tomàquet amb <b>arros integral</b> Lluç a la biscaïna Fruita i pa Rice with tomato sauce with <b>whole grain rice</b> Biscayne style hake Fruit and bread</p>	<p>Kcl: 701 HC: 91 Prot: 27 Lip: 23</p>
<p><b>15</b> <b>FESTIU</b></p>	<p><b>16</b> <b>FESTIU</b></p>	<p><b>17</b> <b>FESTIU</b></p>	<p><b>18</b> <b>FESTIU</b></p>	<p><b>19</b> <b>FESTIU</b></p>	<p>Kcl: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0</p>
<p><b>22</b> <b>FESTIU</b></p>	<p><b>23</b> <b>LLIURE DISPOSICIÓ</b></p>	<p><b>24</b> <b>B:Làctic, pa i xoriço</b> Mongeta verda amb patates Bacallà a l'andalusa amb samfaina Fruita i pa Green beans with potatoes Andalusian style codfish with ratatouille Fruit and bread</p>	<p><b>25</b> <b>B:Làctic, pa i tonyina</b> Llenties estofades Truita de pernil dolç amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa Stewed lentils Cooked ham omelette with salad (lettuce, tomatoes &amp; carrots) Fruit and bread</p>	<p><b>26</b> <b>MARE DE DEU DE MONTSERRAT</b> Macarrons bolonyesa Pit de pollastre empanat amb patates xips Gelats i pa Macaroni bolognese Breaded chicken breast with potato chips Ice cream and bread</p>	<p>Kcl: 796 HC: 91 Prot: 40 Lip: 33</p>
<p><b>29</b> <b>B:Làctic, pa i pernil</b> Espaguetis amb tomàquet Truita de patates amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita i pa Spaghetti with tomato sauce Spanish potato omelette with spring salad (lettuce, tomatoes &amp; sweetcorn) Fruit and bread</p>	<p><b>30</b> <b>B:Làctic, pa i formatge</b> Verdura tricolor (patata, pastanaga, mongeta verda) Salsitxes de porc al forn amb salsa de tomàquet Fruita i pa Vegetables (potatoo, carrot, green bean) Baked pork sausages with tomato sauce Fruit and bread</p>				<p>Kcl: 559 HC: 84 Prot: 18 Lip: 16</p>