

MENÚ ELABORAT PEL DEPARTAMENT DE NUTRICIÓ DE aramark

MES: Març 2021

COL·LEGI: MARE DE DEU MONTSERRAT

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Valoració
<p>1</p> <p>B:Làctic, pa i pernil Arròs napolitana Hamburguesa de vedella amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) Fruita i pa Napolitan rice Beef burger with fruit salad (lettuce, olives, sunflower seeds) Fruit and bread</p>	<p>2</p> <p>B:Làctic, pa i formatge Mongeta verda amb patates Lluç amb pernil i formatge amb amanida Fruita i pa Green beans with potatoes Hake with ham & cheese with salad Fruit and bread</p>	<p>3</p> <p>B:Làctic, pa i xoriço Llenties estofades Truita francesa amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa integral Stewed lentils French omelette with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and wholemeal bread</p>	<p>4</p> <p>B:Làctic, pa i tonyina Crema de verdures Contracuixa de pollastre al forn amb xampinyons Fruita i pa Vegetables cream Baked chicken with mushrooms Fruit and bread</p>	<p>5</p> <p>B:Làctic, pa i xocolata Macarrons amb tomàquet Filet de lluç al forn amb refregit d'all i balsàmic amb amanida d'enciam i olives Fruita i pa Macaroni with tomato sauce Oven baked hake fillet with fried garlic and parsley with green salad with olives Fruit and bread</p>	VE: 2958/708 GT: 20 GS: 3 HC: 107 AZ: 29 PROT: 31 SAL: 3
<p>8</p> <p>B:Làctic, pa i pernil Llenties estofades Truita de patates amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa Stewed lentils Spanish omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread</p>	<p>9</p> <p>B:Làctic, pa i formatge Arròs a banda Croquetes de pollastre amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) Fruita i pa "A banda" rice Chicken croquettes with fruit salad (lettuce, olives, sunflower seeds) Fruit and bread</p>	<p>10</p> <p>B:Làctic, pa i xoriço Verdura tricolor (patata, pastanaga, mongeta verda) Estofat de porc Fruita i pa integral Vegetables (potatoe, carrot, green bean) Vegetables stew Fruit and wholemeal bread</p>	<p>11</p> <p>B:Làctic, pa i tonyina Sopa casolana Pollastre al forn amb poma i ceba Fruita i pa Homemade soup Baked chicken with apples & onions Fruit and bread</p>	<p>12</p> <p>B:Llet, coca i xocolata Pasta saltada amb verdures Rap amb salsa verda Fruita i pa Sautéed pasta with vegetables Monkfish in green sauce Fruit and bread</p>	VE: 3125/748 GT: 22 GS: 3 HC: 106 AZ: 29 PROT: 34 SAL: 2
<p>15</p> <p>B:Làctic, pa i pernil Minestra de verdures saltades Mandonguilles amb salsa de xampinyons Fruita i pa Sautéed minestrone Meatballs in mushroom gravy Fruit and bread</p>	<p>16</p> <p>B:Làctic, pa i formatge Patates a l'americana Fillet de lluç a la planxa amb all i julivert amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa American potatoes Grilled hake fillet with garlic and parsley with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread</p>	<p>17</p> <p>B:Làctic, pa i xoriço Puré de llegums Truita de formatge amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) Fruita i pa integral Legume purée Cheese omelette with fruit salad (lettuce, olives, sunflower seeds) Fruit and wholemeal bread</p>	<p>18</p> <p>B:Làctic, pa i tonyina Arròs amb tomàquet Estofat de gall d'indi a la jardineria Fruita i pa Rice with tomato sauce Turkey & vegetable stew Fruit and bread</p>	<p>19</p> <p>B:Làctic, pa i xocolata Sopa de peix amb pasta Bacallà al forn amb samfaina Fruita i pa Fish soup with pasta Baked cod with ratatouille Fruit and bread</p>	VE: 2928/701 GT: 23 GS: 5 HC: 93 AZ: 26 PROT: 35 SAL: 2
<p>22</p> <p>B:Làctic, pa i pernil Espaguetis carbonara Llonganissa al forn amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa Spaghetti in carbonara sauce Oven baked sausage with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread</p>	<p>23</p> <p>B:Làctic, pa i formatge Mongeta verda amb patates Llom amb allada amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) Fruita i pa Green beans with potatoes Tenderloin with garlic with fruit salad (lettuce, olives, sunflower seeds) Fruit and bread</p>	<p>24</p> <p>B:Làctic, pa i xoriço Sopa casolana Ventresca de lluç a la grega Fruita i pa integral Homemade soup Greek style hake fillet Fruit and wholemeal bread</p>	<p>25</p> <p>B:Làctic, pa i tonyina Arròs amb tomàquet San Jacobo amb amanida Fruita i pa Rice with tomato sauce Cooked breaded ham & cheese escalope with salad Fruit and bread</p>	<p>26</p> <p>B:Làctic, pa i xocolata Llenties estofades Truita de carbassó amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa Stewed lentils Zucchini omelette with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread</p>	VE: 3090/739 GT: 24 GS: 5 HC: 108 AZ: 28 PROT: 28 SAL: 3
<p>29</p> <p>VACANCES</p>	<p>30</p> <p>VACANCES</p>	<p>31</p> <p>VACANCES</p>			VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0