

MENÚ ELABORAT PEL DEPARTAMENT DE NUTRICIÓ DE aramark

MES: Març 2020

COL·LEGI: MARE DE DEU MONTSERRAT

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Valoració
<p>2</p> <p>B: làcti, pa i pernil Espaquetis amb pesto de tomàquet Salsitxes al forn amb minestra Fruita i pa Spaguetti with tomato pesto Grilled hotdogs with minestrone Fruit and bread</p>	<p>3</p> <p>B: làcti, pa i formatge Canelons de carn Lluç a la romana amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa Meat cannelloni Battered & fried hake with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread</p>	<p>4</p> <p>B: làcti, pa i xoriç Mongeta verda amb patates Mandonguilles amb salsa de xampinyons amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa integral Green beans with potatoes Meatballs in mushroom gravy with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and whole meal bread</p>	<p>5</p> <p>B: làcti, pa i tonyina Sopa de peix Pollastre a la poma Fruita i pa Fish soup Apple roasted chicken Fruit and bread</p>	<p>6</p> <p>B: làcti, pa i xocolata Puré de llegums Truita de formatge amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita i pa Legume purée Cheese omelette with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread</p>	<p>VE: 3041/728 GT: 23 GS: 5 HC: 99 AZ: 28 PROT: 34 SAL: 2</p>
<p>9</p> <p>B: làcti, pa i pernil Arròs napolitana Hamburguesa de vedella amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) Fruita i pa Napolitan rice Beef hamburger with fruit salad (lettuce, olives, sunflower seeds) Fruit and bread</p>	<p>10</p> <p>B: làcti, pa i formatge Mongeta verda amb patates San Marino (lluç, pernil dolç i formatge) amb parmentier de pastanaga amb soja Fruita i pa Green beans with potatoes San Marino (hake, ham & cheese) with potato parmentier with soy Fruit and bread</p>	<p>11</p> <p>B: làcti, pa i xoriç Llenties estofades Truita de patates amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa integral Stewed lentils Spanish potato omelette with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and whole meal bread</p>	<p>12</p> <p>B: làcti, pa i tonyina Espaquetis carbonara Filet de perca al forn amb verdures Fruita i pa Spaghetti in carbonara sauce Baked perch with vegetables Fruit and bread</p>	<p>13</p> <p>B: làcti, pa i xocolata Crema de verdures Filet de perca a la Bilbaína amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita i pa Vegetables cream Perch filet bilbain's style with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread</p>	<p>VE: 3086/738 GT: 22 GS: 3 HC: 112 AZ: 28 PROT: 29 SAL: 3</p>
<p>16</p> <p>LLIURE DISPOSICIÓ</p>	<p>17</p> <p>B: làcti, pa i formatge Mongeta verda amb patates Llom rostit amb salsa Fruita i pa Green beans with potatoes Roasted tenderloin in gravy Fruit and bread</p>	<p>18</p> <p>B: làcti, pa i xoriç Arròs amb magre i xampinyons Llom de perca amb vinagreta de cítrics amb patates pañadera Fruita i pa integral Rice with lean pork & mushrooms Perch loin with citrus vinaigrette with grilled potatoes Fruit and whole meal bread</p>	<p>19</p> <p>B: làcti, pa i tonyina Sopa casolana San Jacobo amb amanida d'enciam, tomàquet i olives Fruita i pa Homemade soup Cooked breaded ham & cheese Escalope with lettuce, tomato and olives salad Fruit and bread</p>	<p>20</p> <p>B: làcti, pa i xocolata Pasta saltada amb verdures Llenguadina a la romana amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa Sautéed pasta with vegetables Battered & fried yellowfin sole with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread</p>	<p>VE: 3019/722 GT: 25 GS: 4 HC: 102 AZ: 27 PROT: 31 SAL: 3</p>
<p>23</p> <p>B: làcti, pa i pernil Minestra de verdures saltadas Mandonguilles amb salsa de xampinyons Fruita i pa Sautéed minestrone Meatballs in mushroom gravy Fruit and bread</p>	<p>24</p> <p>B: làcti, pa i formatge Patates estofades amb costella i farigola Fillet de lluç a la planxa amb all i julivert amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa Stewed ribs with potatoes and thyme Grilled hake fillet with garlic and parsley with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread</p>	<p>25</p> <p>B: làcti, pa i xoriç Sopa de peix Estofat de gall d'indi a la jardineria Fruita i pa integral Fish soup Turkey & vegetable stew Fruit and whole meal bread</p>	<p>26</p> <p>B: làcti, pa i tonyina Arròs amb tomàquet amb arros integral Bacallà a la romana amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita i pa Rice with tomato sauce with whole grain rice Battered & fried codfish with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread</p>	<p>27</p> <p>B: Llet, coca i xocolata Puré de llegums Truita de formatge amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa Legume purée Cheese omelette with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread</p>	<p>VE: 2979/713 GT: 19 GS: 4 HC: 99 AZ: 26 PROT: 35 SAL: 2</p>
<p>30</p> <p>B: làcti, pa i pernil Macarrons amb tomàquet Salsitxes al forn amb tomàquet al forn Fruita i pa Macaroni with tomato sauce Grilled hotdogs with baked tomato Fruit and bread</p>	<p>31</p> <p>B: làcti, pa i formatge Verdura tricolor (patata, pastanaga, mongeta verda) Ragout de vedella amb jardineria Fruita i pa Vegetables (potatoe, carrot, green bean) Beef ragout sauce with mixed vegetables Fruit and bread</p>				<p>VE: 3121/747 GT: 21 GS: 5 HC: 106 AZ: 32 PROT: 37 SAL: 3</p>