

MENÚ ELABORAT PEL DEPARTAMENT DE NUTRICIÓ DE aramark

MES: Maig 2022

COL·LEGI: MARE DE DEU MONTSERRAT

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Valoració
<p>2</p> <p>Espaguetis amb tomàquet Trita de formatge amb amanida d'enciam i olives Fruita i pa Spaghetti with tomato sauce Cheese omelette with green salad with olives Fruit and bread</p>	<p>3</p> <p>Canelons de carn Croquetes de pollastre amb amanida d'enciam, tomàquet i olives Fruita i pa Meat cannelloni Chicken croquettes with lettuce, tomato and olives salad Fruit and bread</p>	<p>4</p> <p>Cigrons a la catalana amb espinacs i ou dur Salsitxes fresques al forn amb saltejat de verdures logurt i pa integral Catalan style chickpeas with spinach and hard egg Baked fresh sausage with sautéed vegetables Yoghurt and wholemeal bread</p>	<p>5</p> <p>Sopa de peix Pollastre a la poma Fruita i pa Fish soup Apple roasted chicken Fruit and bread</p>	<p>6</p> <p>Arròs amb tomàquet Limanda al forn amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita i pa Rice with tomato sauce Baked dab with lettuce and sweetcorn salad Fruit and bread</p>	<p>VE: 3476/832 GT: 32 GS: 6 HC: 108 AZ: 25 PROT: 33 SAL: 2</p>
<p>9</p> <p>Arròs napolitana Hamburguesa de vedella amb amanida de enciam, oliva i pipes Fruita i pa Napolitan rice Beef burger with salad (lettuce, olives, sunflower seeds) Fruit and bread</p>	<p>10</p> <p>Mongeta tendra amb patates Lluç amb pernil i formatge amb amanida d'enciam i olives Fruita i pa Sautéed green beans with potatoes Hake with ham & cheese with green salad with olives Fruit and bread</p>	<p>11</p> <p>Llenties estofades amb verdures Trita francesa amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga logurt i pa integral Stewed lentils French omelette with lettuce, tomato and carrot salad Yoghurt and wholemeal bread</p>	<p>12</p> <p>Macarrons bolonyesa Abadejo al curri amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita i pa Macaroni bolognese Haddock in curry sauce with lettuce & tomatoes Fruit and bread</p>	<p>13</p> <p>Amanida russa Pollastre rostit al romaní amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Postre làctic i pa Russian salad Rosemary grilled chicken with lettuce salad with tomato and sweetcorn Dairy dessert and bread</p>	<p>VE: 2958/708 GT: 22 GS: 4 HC: 99 AZ: 24 PROT: 33 SAL: 2</p>
<p>16</p> <p>Amanida de llenties Trita de patates amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa Lentils Salad Spanish omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread</p>	<p>17</p> <p>Arròs amb magre i xampinyons Croquetes de pollastre amb amanida de enciam, oliva i pipes Fruita i pa Rice with loin pork & mushrooms Chicken croquettes with salad (lettuce, olives, sunflower seeds) Fruit and bread</p>	<p>18</p> <p>Cigrons amb verdures Gratinat de salmó al forn amb patates panadera logurt i pa integral Chickpeas stewed with vegetables Baked salmon gratin with roasted potatoes Yoghurt and wholemeal bread</p>	<p>19</p> <p>Crema de carbassó Pizza casolana amb amanida amb d'enciam, blat de moro i quinoa Fruita i pa Zucchini cream Home-made pizza with lettuce salad with sweetcorn & quinoa Fruit and bread</p>	<p>20</p> <p>Espaguetis amb verdures Rap a l'andalusa amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa Garden vegetables spaghetti Andalusian monkfish with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread</p>	<p>VE: 3623/867 GT: 27 GS: 3 HC: 123 AZ: 28 PROT: 37 SAL: 2</p>
<p>23</p> <p>Verdura tricolor (patata, pastanaga, mongeta verda) Mandonguilles de vedella amb jardinera de xampinyons Fruita i pa Vegetables (potatoe, carrot, green bean) Beef meatballs in mushroom gravy Fruit and bread</p>	<p>24</p> <p>Patates a l'americana Filet de lluç al forn amb vinagreta de cítrics amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa American potatoes Baked hake fillet with citrus vinaigrette with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread</p>	<p>25</p> <p>Llenties estofades amb verdures Trita de formatge amb amanida de enciam, oliva i pipes logurt i pa integral Stewed lentils Cheese omelette with salad (lettuce, olives, sunflower seeds) Yoghurt and wholemeal bread</p>	<p>26</p> <p>Arròs amb tomàquet amb arròs integral Calamars a la romana amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa Rice with tomato sauce with brown rice Deep-fried calamari with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread</p>	<p>27</p> <p>Amanida de pasta Estofat de gall d'indi a la jardinera Gelats i pa Pasta salad Turkey & vegetable stew Ice cream and bread</p>	<p>VE: 3213/769 GT: 26 GS: 7 HC: 102 AZ: 24 PROT: 35 SAL: 2</p>
<p>30</p> <p>Crema de verdures Llonganissa al forn amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa Vegetables cream Oven baked sausage with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread</p>	<p>31</p> <p>Mongeta verda, pastanaga i patata ofegades Pollastre rostit a la llimona amb amanida de tomàquet Fruita i pa Braised green beans, carrots & potatoes Roasted lemon chicken with tomato salad Fruit and bread</p>				<p>VE: 2727/653 GT: 24 GS: 6 HC: 81 AZ: 30 PROT: 31 SAL: 2</p>