

# MENÚ ELABORAT PEL DEPARTAMENT DE NUTRICIÓ DE aramark

MES: Abril 2021

COL·LEGI: MARE DE DEU MONTSERRAT

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Valoració
			1 <b>VACANCES</b>	2 <b>VACANCES</b>	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
5 <b>VACANCES</b>	6 Pasta integral a la napolitana Trita de carbassó amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa Wholemeal pasta with tomato and basil Zucchini omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	7 Arròs amb tomàquet Mandonguilles amb salsa de xampinyons logurt i pa integral Rice with tomato sauce Meatballs in mushroom gravy Yoghurt and wholemeal bread	8 Mongeta verda amb patates Pollastre al chilindrón Fruita i pa Green beans with potatoes Chicken in "chilindron" gravy Fruit and bread	9 Sopa casolana Llenguadina al forn amb patates panadera Fruita i pa Homemade soup Oven baked sole fillet with roasted potatoes Fruit and bread	VE: 2698/645 GT: 15 GS: 4 HC: 98 AZ: 22 PROT: 34 SAL: 3
12 Crema de carbassó Llom rostit amb salsa amb xampinyons Fruita i pa Zucchini cream Roasted tenderloin in gravy with mushrooms Fruit and bread	13 Arròs amb tomàquet amb arròs integral San Jacobo amb amanida d'enciam, cogombre i olives Fruita i pa Rice with tomato sauce with brown rice Cooked breaded ham & cheese escalope with lettuce, cucumber and olives salad Fruit and bread	14 Llenties estofades Trita de pernil dolç amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga logurt i pa integral Stewed lentils Ham omelette with lettuce, tomato and carrot salad Yoghurt and wholemeal bread	15 Trinxat de bròquil Ventresca de lluç amb refregit d'all i balsàmic amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa Broccoli trinxat Hake fillet with fried garlic and balsamic with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	16 Sopa casolana Pollastre rostit a la llimona amb patata, ceba i poma. Fruita i pa Homemade soup Roasted lemon chicken with potato, onion and apple Fruit and bread	VE: 2971/711 GT: 21 GS: 4 HC: 101 AZ: 26 PROT: 33 SAL: 3
19 Espaguetis carbonara Salsitxes al forn amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita i pa Spaghetti in carbonara sauce Grilled hotdogs with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread	20 Cigrons amb verdures Trita de formatge amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) Fruita i pa Chickpeas stewed with vegetables Cheese omelette with fruit salad (lettuce, olives, sunflower seeds) Fruit and bread	21 Mongeta verda amb patates Lluç a la romana amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga logurt i pa integral Green beans with potatoes Battered & fried hake with lettuce, tomato and carrot salad Yoghurt and wholemeal bread	22 Sopa de peix Pollastre a la poma Fruita i pa Fish soup Apple roasted chicken Fruit and bread	23 Arròs amb tomàquet Pizza casolana Fruita i pa Rice with tomato sauce Home-made pizza Fruit and bread	VE: 2994/716 GT: 21 GS: 4 HC: 103 AZ: 27 PROT: 34 SAL: 2
26 Amanida russa Lluç amb pernil i formatge amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) Fruita i pa Russian salad Hake with ham & cheese with fruit salad (lettuce, olives, sunflower seeds) Fruit and bread	27 <b>MARE DE DEU DE MONTSERRAT</b> Macarrons amb tomàquet Pit de pollastre empanat amb patates xips Postres especials i pa Macaroni with tomato sauce Breaded chicken breast with potato chips Special desserts and bread	28 Llenties estofades 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	29 Mongeta verda amb patates Llom rostit amb salsa amb xampinyons Fruita i pa Green beans with potatoes Roasted tenderloin in gravy with mushrooms Fruit and bread	30 <b>LLIURE DISPOSICIÓ</b>	VE: 3077/736 GT: 25 GS: 5 HC: 100 AZ: 27 PROT: 33 SAL: 3