

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>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>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>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</p>	<p>4</p> <p>Crema de verdures Contraçuixa de pollastre al forn amb xampinyons Fruita i pa Vegetables cream Baked chicken with mushrooms Fruit and bread</p>	<p>5</p> <p>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>	<p>VE: 2934/702 GT: 21 GS: 4 HC: 103 AZ: 26 PROT: 32 SAL: 3</p>
<p>8</p> <p>Llenties estofades Trita 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>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>Verdura tricolor (patata, pastanaga, mongeta verda) Estofat de porc logurt i pa integral Vegetables (potatoe, carrot, green bean) Vegetables stew Yoghurt and wholemeal bread</p>	<p>11</p> <p>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>Pasta saltada amb verdures Rap amb salsa verda Fruita i pa Sautéed pasta with vegetables Monkfish in green sauce Fruit and bread</p>	<p>VE: 3101/742 GT: 23 GS: 4 HC: 102 AZ: 26 PROT: 34 SAL: 2</p>
<p>15</p> <p>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>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>Cigrons amb verdures Trita de formatge amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) logurt i pa integral Chickpeas stewed with vegetables Cheese omelette with fruit salad (lettuce, olives, sunflower seeds) Yoghurt and wholemeal bread</p>	<p>18</p> <p>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>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>	<p>VE: 2982/713 GT: 24 GS: 5 HC: 91 AZ: 24 PROT: 37 SAL: 3</p>
<p>22</p> <p>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>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>Sopa casolana Ventresca de lluç a la grega logurt i pa integral Homemade soup Greek style hake fillet Yoghurt and wholemeal bread</p>	<p>25</p> <p>Arròs amb tomàquet Pizza casolana Fruita i pa Rice with tomato sauce Home-made pizza Fruit and bread</p>	<p>26</p> <p>Llenties estofades Trita 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>	<p>VE: 2960/708 GT: 21 GS: 5 HC: 104 AZ: 25 PROT: 29 SAL: 3</p>
<p>29</p> <p>VACANCES</p>	<p>30</p> <p>VACANCES</p>	<p>31</p> <p>VACANCES</p>			<p>VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>