



# MENÚ MAIG 2011

## AMOR DE DÉU - TURÓ DE LA PEIRA



DILLUNS			DIMARTS			DIMECRES			DIJOUS			DIVENDRES		
2			3			4			5			6		
Paella de pollastre i verdures	Kcal	561,6	Macarrons amb tomàquet	Kcal	510,9	Crema de verdures	Kcal	462,3	Llenties estofades	Kcal	513,2	Sopa de pasta	Kcal	466,2
Hamburguesa planxa amb amanida	G	25,2	Truita de carbassó amb amanida	G	22,5	Estofat de gall d'indi amb dauets de patata	G	19,5	Croquetes de pernil amb amanida	G	23,2	Lluç en salsa verda amb amanida	G	18,6
Fruita del temps	P	25,2	Fruita del temps	P	18,4	Fruita del temps	P	23,1	logurt de sabors	P	17,5	Fruita del temps	P	23,5
	H	58,5		H	58,7		H	48,6		H	58,6		H	51,2
9			10			11			12			13		
Amanida de patates	Kcal	520,8	Mongeta tendra i patata	Kcal	481,1	Espirals a la napolitana	Kcal	552,8	Cigrons escolars	Kcal	524,2	Arròs amb pernil dolç i formatge	Kcal	512,4
Escalopí d'au amb enciam i tomàquet	G	26,8	Salsitxes amb tomàquet	G	22,3	Lluç arrebossat amb amanida	G	25,6	Truita de tonyina amb amanida	G	24,2	Pollastre al forn amb xips	G	20
Flam d'ou	P	23,5	Fruita del temps	P	21,2	Fruita del temps	P	22,4	logurt natural	P	19,8	Fruita del temps	P	24,6
	H	46,4		H	48,9		H	58,2		H	56,8		H	58,5
16			17			18			19			20		
Sopa de lletres	Kcal	486,1	Macarrons carbonara	Kcal	509,1	Crema de carbassó	Kcal	501,4	Paella	Kcal	505,5	Llegums estofats	Kcal	514,2
Salsitxes a la planxa amb amanida	G	22,1	Panga amb verdures	G	20,3	San Jacobo amb puré de patata	G	24,6	Truita de pernil dolç amb amanida	G	20,3	Pollastre rustit amb poma i patata	G	21
Fruita del temps	P	21,8	Fruita del temps	P	24	Fruita del temps	P	20	Natilles de vainilla	P	21,3	Fruita del temps	P	24,5
	H	50		H	57,6		H	50		H	59,4		H	56,8
23			24			25			26			27		
Espirals amb tomàquet	Kcal	519,2	Amanida d'arròs	Kcal	552,2	Cigrons escolars	Kcal	518,7	Mongeta tendra, pastanaga i patata	Kcal	410,4	Sopa de lletres	Kcal	501,8
Truita de formatge i tonyina amb amanida	G	21,2	Pollastre arrebossat amb xips	G	26,2	Llom al forn amb verdures	G	23,5	Lluç al forn amb verduretes	G	18,4	Hamburguesa amb tomàquet	G	23,4
Fruita del temps	P	23,5	Fruita del temps	P	23,5	Fruita del temps	P	21,8	Flam d'ou	P	15,4	Fruita del temps	P	21,5
	H	58,6		H	55,6		H	55		H	45,8		H	51,3
30			31											
Verdures tricolor	Kcal	555,2	Amanida de patates	Kcal	542,9									
Lluç arrebossat amb amanida de pasta	G	25,6	Mandonguilles a la jardinera	G	24,9									
Fruita del temps	P	24,3	Fruita del temps	P	22,8									
	H	56,9		H	56,9									

K: calories  
G: greixos  
P: proteïnes  
H: hidrats de carboni

# Bon Profit!!

PROPOSTA DE SOPARS