Comertel
alimentación colectiva

ESCOLA AMOR DE DÉU TURÓ DE LA PEIRA
MENÚ NOVEMBRE

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Mitja setmanal	
	1 FESTA	2 Macarrons amb tomàquet Varetes de lluç amb amanida Fruita en almibar	3 Mongeta tendra i patata Mandonguilles a la jardinera Iogurt de sabors	4 Arròs amb verdures Llom al forn amb patates xips Fruita del temps	Kcal Prot Lip Hidr.	553,1 27,1 23,5 58,3
7 Llenties estofades Panga al forn amb verduretes Fruita del temps	8 Crema de carbassó Estofat amb dauets de patata i pastanaga Fruita del temps	9 Arròs a la cassola Truita francesa amb amanida Fruita del temps	10 Sopa de fideus Pollastre al forn amb tomàquet arrebossat Iogurt de sabors	11 Macarrons bolognesa Croquetes de pernil amb amanida Fruita del temps	Kcal Prot Lip Hidr.	546,1 24,3 22,1 62,5
14 Fideus a la cassola Lluç al forn amb amanida Fruita del temps	15 Mongeta tendra i patata Pollastre rostit amb rodanxes de pastanaga Fruita del temps	16 Patates estofades Botifarra a la graella amb amanida Fruita del temps	17 Arròs tres delicies Fricandó de vedella Iogurt de sabors	18 Cigrons saltejats amb tomàquet Truita francesa amb amanida Fruita del temps	Kcal Prot Lip Hidr.	557,7 25,8 24,1 59,4
NIÑA MARÍA 21 Canelons Salsitxes amb salsa de tomàquet Fruita en almibar Refresc llimona/taronja	22 Arròs saltejat amb xampinyons Lluç arrebossat amb amanida Fruita del temps	23 Sopa amb mandonguilles Truita de patates amb amanida Fruita del temps	24 Llenties amb costella Croquetes de pernil amb amanida Iogurt de asbors	25 Espaguetis amb beixamel Pollastre al forn amb amanida Fruita del temps	Kcal Prot Lip Hidr.	544,3 25,7 23,1 58,4
28 Crema de carbassó Estofat de gall d'indi amb amanida Fruita del temps	29 Patates estofades Hamburguesa a la planxa amb amanida Fruita del temps	30 Espirals amb sofregit Lluç arrebossat amb amanida Fruita del temps			Kcal Prot Lip Hidr.	519,1 22,5 21,5 58,9

Dietista: Neus Martínez

Proposta de sopars