

MENÚ ELABORAT PEL DEPARTAMENT DE NUTRICIÓ DE

MES: Setembre 2023

COLEGIO SIL

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge	Valoració
<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en elgustodecrecer@aramark.es</p>				<p>1 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Llegums 2º Peix amb Verdura i Fruita (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos (* 1º Verdura 2º Carn amb Arròs i Lactis</p>	<p>2 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Pasta 2º Peix amb Verdura i Lactis 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta</p>	<p>3 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Arròs 2º Carn amb Verdura i Fruita 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta</p>	<p>VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>
<p>4 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Llegums 2º Peix amb Verdura i Fruita (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta (* 1º Verdura 2º Carn amb Patates i Fruita</p>	<p>5 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Verdura 2º Ous amb Patates i Lactis (* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Pasta 2º Carn amb Verdura i Fruita</p>	<p>6 Arroz con salsa de tomate Croquetas de jamón con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Postre lácteo y pan Arròs amb salsa de tomàquet casolana Croquetas de pernil amb amanida verda (enciam, pebrot verd i olives) Postre làctic i pa (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta</p>	<p>7 Macarrones a la carbonara Filete de merluza al horno con champiñones salteados Fruta y pan integral Macarrons carbonara Lluç al forn amb xampinyons saltats Fruta i pa integral (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos</p>	<p>8 Salteado de judías verdes con patatas Contramuslo de pollo al chilindrón con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan Saltat de mongetes tendres amb patates Pollastre al chilindrón amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruta i pa (* 1º Patatas 2º Pescado con Pasta y Lácteos</p>	<p>9 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta 1º Verdura 2º Peix amb Pasta i Fruita 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>10 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Arròs 2º Ous amb Verdura i Lactis 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>VE: 3382/809 GT: 26 GS: 4 HC: 172 AZ: 28 PROT: 35 SAL: 2</p>
<p>11 FESTIU 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Llegums 2º Peix amb Verdura i Lactis (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta (* 1º Verdura 2º Carn amb Arròs i Fruita</p>	<p>12 Ensalada de pasta (eco.) Jamoncitos de pollo al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Postre lácteo y pan integral Amanida de pasta (eco.) Pernilets de pollastre a la llimona amb amanida d'enciam i olives Postre làctic i pa integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta</p>	<p>13 Garbanzos estofados con verduras Abadejo a la marinera con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Cigrons amb verdures Abadejo amb salsa marinera amb amanida d'enciam i blat de moro Fruta i pa (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>14 Arroz a la milanesa Tortilla francesa con ensalada hortalana (lechuga, tomate y zanahoria) Fruta y pan integral Arròs milanesa Trita francesa amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruta i pa integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta</p>	<p>15 Trinxat de bròcoli Delicias de bacalao con patatas chips Fruta y pan Trinxat de bròquil Delícies de bacallà amb patates xips Fruta i pa (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>16 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Verdura 2º Carn amb Pasta i Lactis 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>17 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos 1º Verdura 2º Ous amb Llegums i Lactis 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>VE: 3490/835 GT: 26 GS: 4 HC: 114 AZ: 28 PROT: 42 SAL: 1</p>
<p>18 Lentijas estofadas (patata, tomate, zanahoria, cebolla, arroz) (eco.) Cinta de lomo empanada con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Helado y pan Llenties estofades Llom arrebossat amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Gelat i pa (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta</p>	<p>19 Arroz con verduras Albóndigas de merluza y sepia con tomate con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Fruta y pan integral Arròs amb verdures Mandonguilles de lluç i sípia amb tomàquet amb amanida d'enciam, tomàquet i olives Fruta i pa integral (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos</p>	<p>20 Crema de puerros con manzana Pollo asado al jugo con patatas asadas con tomate y cebolla Fruta y pan Crema de porros amb poma Pollastre rostit amb suc amb patates, tomàquet i ceba Fruta i pa (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>21 Espaguetis a la amatriciana Butifarra al horno con cachelos Fruta y pan Espaguetis amatriciana Botifarra al forn amb cachelos Fruta i pa (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>22 Sopa de ave Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, maíz y quinoa Fruta y pan Sopa d'au Trita de patates amb amanida amb d'enciam, blat de moro i quinoa Fruta i pa (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta</p>	<p>23 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Verdura 2º Carn amb Pasta i Lactis 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>24 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Arròs 2º Ous amb Verdura i Lactis 1º Legumbres 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>VE: 3445/824 GT: 29 GS: 6 HC: 112 AZ: 27 PROT: 34 SAL: 2</p>
<p>25 FESTIU 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta 1º Verdura 2º Peix amb Pasta i Fruita (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos (* 1º Llegums 2º Peix amb Verdura i Lactis</p>	<p>26 Fideuá de pescado (eco.) Salchichas de pavo con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Postre lácteo y pan integral Fideuà de peix (eco.) Salsitxes de gall dindi amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Postre làctic i pa integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta</p>	<p>27 Crema de calabaza Pizza con boloñesa de soja con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Crema de carbassa Pizza amb bolonyesa de soja amb amanida d'enciam i remolatxa Fruta i pa (* 1º Pasta 2º Carne con Patatas y Fruta</p>	<p>28 Ensaladilla rusa Tortilla francesa de queso con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan integral Amanida russa Trita de formatge amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruta i pa integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta</p>	<p>29 Arroz a la cubana Pechuga de pollo al ajillo con calabacín rebozado Fruta y pan Arròs a la cubana Pit de pollastre amb allada amb carbassó arrebossat Fruta i pa (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos</p>	<p>30 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Verdura 2º Carn amb Llegums i Lactis 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>VE: 3668/878 GT: 35 GS: 8 HC: 107 AZ: 31 PROT: 36 SAL: 3</p>	

(*) Recomendación sopar (**) Recomendación dinar // A partir de 18 meses

VISITA LA NOSTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES