

Dilluns 02	Dimarts 03	Dimecres 04	Dijous 05	Divendres 06
Minestra de verdures al vapor	Macarrons amb tomàquet sense ou	Escudella col·legial de cigrons	Arròs caldós de lluç	Sopa casolana de l'àvia amb pasta sense ou
Llenties guisades amb arròs	Filet d' "abadejo" al forn amb salsa d'herbes i patates panadera	Blanqueta de gall d'indi al forn amb verdures	Cuixa de pollastre amb trinxat de verdures	Filet de peix al forn amb guarnició
Pa i fruita fresca kcal 752 lq 25 prot 47 H.C. 96	Pa i fruita fresca kcal 865 lq 25 prot 46 H.C. 118	Pa i fruita fresca kcal 709 lq 16 prot 32 H.C. 115	Pa i fruita fresca kcal 872 lq 25 prot 51 H.C. 118	Pa i fruita fresca kcal 710 lq 22 prot 45 H.C. 88
Dilluns 09	Dimarts 10	Dimecres 11	Dijous 12	Divendres 13
Minestra de verdures al vapor	Sopa casolana de l'àvia amb pasta sense ou	Llenties guisades col·legial	Fideus a la cassola sense ou	Arròs blanc amb tomàquet
Botifarra amb alberginia i patates al forn	Filet de peix al forn amb guarnició	Filet de bacallà al forn a la portuguesa amb guarnició	Pollastre a l'ast amb patates lionesa al forn	Blanqueta de gall d'indi al forn amb verdures
Pa i fruita fresca kcal 762 lq 25 prot 44 H.C. 96	Pa i fruita fresca kcal 710 lq 22 prot 45 H.C. 88	Pa i fruita fresca kcal 858 lq 25 prot 53 H.C. 108	Pa i fruita fresca kcal 890 lq 30 prot 74 H.C. 113	Pa i fruita fresca kcal 746 lq 18 prot 30 H.C. 126
Dilluns 16	Dimarts 17	Dimecres 18	Dijous 19	Divendres 20
Col i flor amb patata i pastanaga vapor	Arròs blanc amb tomàquet	Escudella col·legial de cigrons	Verdura al vapor	Sopa casolana de l'àvia amb pasta sense ou
Cuixa de pollastre al forn amb blat de moro i xampinyons	Filet de peix al forn amb guarnició	Botifarra al forn amb amanida	Filtre d'abadejo al forn a les fines herbes amb guarnició	Blanqueta de gall d'indi al forn amb verdures
Pa i fruita fresca kcal 742 lq 25 prot 38 H.C. 88	Pa i fruita fresca kcal 850 lq 27 prot 43 H.C. 118	Pa i fruita fresca kcal 836 lq 27 prot 47 H.C. 107	Pa i fruita fresca kcal 705 lq 25 prot 42 H.C. 83	Pa i fruita fresca kcal 606 lq 13 prot 32 H.C. 96
Dilluns 23	Dimarts 24	Dimecres 25	Dijous 26	Divendres 27
Macarrons amb tomàquet sense ou	Minestra de verdures al vapor	Arròs blanc amb tomàquet	Sopa casolana de l'àvia amb pasta sense ou	Patates estofades col·legial
Cuixa de pollastre al forn amb verdures	Salsitxes al forn amb tomàquet i patates al forn	Blanqueta de gall d'indi al forn amb verdures	Pernilets de pollastre al forn amb guarnició	Filet de bacallà al forn amb amanida
Pa i fruita fresca kcal 856 lq 27 prot 40 H.C. 118	Pa i fruita fresca kcal 734 lq 22 prot 45 H.C. 96	Pa i fruita fresca kcal 746 lq 18 prot 30 H.C. 126	Pa i fruita fresca kcal 732 lq 21 prot 53 H.C. 88	Pa i fruita fresca kcal 718 lq 22 prot 53 H.C. 88
Dilluns 30	Dimarts 31			
Bròquil amb patata al vapor	Llenties guisades col·legial			
Pernilets de pollastre al forn amb guarnició	Blanqueta de gall d'indi al forn amb verdures			
Pa i fruita fresca kcal 754 lq 25 prot 52 H.C. 96	Pa i fruita fresca kcal 754 lq 17 prot 40 H.C. 116			

Podem consultar els 14 el lègim de declaració obligatòria inclosos en els plats a les fitxes tècniques que adjuntem. Aquest menú ha estat dissenyat per l'equip nutricional de Servecol, S.A. amb el vist i plaer i anàlisi nutricional de la dietista.

* Transportat acabat de fer, amb un temps màxim de 4 hores entre l'elaboració i el consum.

La temperatura de refrigeració en els plats calents superior a 40°C i en els plats freds inferior a 5°C.

Les matèries primeres són de proximitat. Les fruites i les verdures són provinents directament amb transport propi, directament de mercaderia.

Les petites factures són produïdes de prop i elaborades en una cooperativa d'interès social de la dietista.

L'empresa es reserva el dret de canviar qualsevol plat del menú, per un altre similar, en cas de necessitat.



AINA MONTSENY Dietista-Nutricionista col·legiada nºCA000327

Aina