



MAIG 2023		Menú menjador			
		Primer plato	Segundo plato	Postres	Cena alternativa
LU	1		DIA NO LECTIU		
MA	2		DIA NO LECTIU		
MIE	3	POTAJE DE GARBANZOS	BACALAO REBOZADO CON ENSALADA <small>Pescado, huevo y gluten</small>	FRUTA <small>Gluten, huevo</small>	Fajitas de pollo con pimientos saltados
JUE	4	SOPA DE CALDO <small>Soja, apio, gluten</small>	CARNE ASADA SALSA CHAMPIS Y VERDURAS HORNO <small>Lácteos, sulfitos</small>	FRUTA	Ensalada con queso, nueces, tomate, zanahoria y maíz
VIE	5	ARROZ CON HABICHUELAS <small>Soja, apio</small>	POLLO ASADO CON PATATA AL HORNO <small>Huevos</small>	YOGURT <small>Lácteos</small>	Pechuga de pavo con tomate aliñado
LU	8	BURBALLES <small>Gluten</small>	PESCADO AL HORNO CON VERDURAS <small>Pescado</small>	FRUTA	Tortilla de patata con judías verdes hervidas
MA	9	CREMA DE VERDURAS <small>Soja, apio,</small>	HAMBURGUESA CON PATATAS <small>Lácteos, gluten</small>	FRUTA	Bacalao al horno con salsa de tomate y judías al vapor
MIE	10	ENSALADILLA CON ATUN <small>Pescado, huevos</small>	PESCADO ABUÑOLADO VERDURAS EN TEMP <small>Huevo y gluten</small>	COCA <small>Gluten, huevo</small>	Fajitas de pollo con pimientos saltados
JU	11	LENTEJAS	TORTILLA DE QUESO CON ENSALADA <small>Huevo y lácteos</small>	FRUTA	Ensalada con queso, nueces, tomate, zanahoria y maíz
VI	12	PASTA BOLOÑESA <small>Gluten</small>	CROQUETAS DE POLLO CON ENSALADA <small>Lácteos, huevo y gluten</small>	FRUTA	Pizza vegetal al gusto
LU	15	ARROZ SECO CON MAGRO <small>Soja, apio</small>	LOMO DE CERDO CON ENSALADA	FRUTA	Wok de setas, calabacín y pollo con puré de patata
MA	16	PASTA CON QUESO <small>Gluten, lácteos</small>	PATATAS JUDIAS Y HUEVOS COCIDOS <small>Huevo</small>	MOUSSE DE CHOCOLATE <small>Huevos y lácteos</small>	Falafel casero con salsa de yogur y ensalada
MIE	17	SOPA <small>Soja, apio, gluten</small>	ALBONDIGAS CON PATATAS <small>Gluten, lácteos, soja y apio</small>	FRUTA	Pescado a la plancha con salteado de verduras
JU	18	POJAJE DE GARBANZOS	PESCADO AL HORNO CON VERDURAS <small>Pescado</small>	FRUTA	Pizza casera con calabacín, queso mozzarella y tomate
VI	19	FIDEOS DE POLLO <small>Gluten, soja, apio</small>	POLLO ABUÑOLADO CON ENSALADA <small>Gluten, huevos</small>	GELATINA <small>Lácteos</small>	Tortilla de patata con judías verdes hervidas
LU	22	SOPA <small>Soja, apio, gluten</small>	TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA <small>Huevos</small>	FRUTA	Pa amb oli con tomate aliñado y queso fresco
MA	23	PASTA CON ATUN <small>Gluten y pescado</small>	HAMBURGUESA CON VERDURAS <small>Lácteos, gluten</small>	FRUTA	Revuelto de setas, cebolla y huevo con pan integral
MIE	24	LENTEJAS	ESCALOPE CON PATATAS <small>Gluten, huevo</small>	YOGURT <small>Lácteos</small>	Hamburguesa con pan lechuga, queso y tomate
JU	25	FIDEOS DE ROTER <small>Gluten, soja, apio</small>	PESCADO AL HORNO CON VERDURAS <small>Pescado</small>	FRUTA	Pollo a la plancha con patatas y ensalada
VI	26	ARROZ A LA CUBANA <small>Huevo</small>	CREOQUETAS DE POLLO ENSALADA <small>Lácteos, huevo y gluten</small>	FRUTA	Verduras salteadas con salmón a la plancha
LU	29	PASTA CARBONARA <small>Gluten y lácteos</small>	PESCADO ABUÑOLADO VERDURAS EN TEMP <small>Huevo y gluten</small>	MOUSSE DE FRESA <small>Lácteos</small>	Pa amb oli con tomate aliñado y queso fresco
MA	30	CREMA DE ZANAHORIA <small>Soja, apio</small>	CARNE ASADA PATATAS	FRUTA	Tortilla francesa con ensalada
MIE	31	SOPA <small>Soja, apio, gluten</small>	ALBONDIGAS CON PATATAS <small>Gluten, lácteos, soja y apio</small>	GELATINA <small>Lácteos</small>	Ensalada con queso, nueces, tomate, zanahoria y maíz



CONTIENE GLUTEN



CRUSTÁCEOS



HUEVOS



PESCADO



CACAHUETES



SOJA



LÁCTEOS



FRUTOS DE CÁSCARA



APIO



MOSTAZA



GRANOS DE SESAMO



DIÓXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS



MOLUSCOS



ALTRAMUCES

*Menú revisat i aprovat per la Dietista-Nutricionista Rosa Riera nº col. IB00197 d'acord amb el document concens sobre alimentació en els centres educatius de 21/07/10.

A cada menú hi trobareu els al·lèrgens que hi ha i una proposta de sopar per cada dia que complementa al dinar.

