

MES: Gener 2019

COL·LEGI: PIA ST. ANTONI

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	I. Nutricional
*FRUITES DEL MES: PLÀTAN, POMA, TARONJA, PERA, PINYA I MANDARINES.	1 <b>FESTA</b>	2 <b>FESTA</b>	3 <b>FESTA</b>	4 <b>FESTA</b>	Kcl: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0
7 <b>FESTA</b>	8 Crema de llegums Estofat de gall d'indi a la jardinera logurt	9 Arròs amb magre i xampinyons Truita de patates amb amanida mixta Fruita	10 Llenties estofades Abadejo al forn amb pastanaga i ceba Fruita	11 Macarrons a la siciliana Llom a la planxa amb patates fregides Fruita	Kcl: 634 HC: 69 Prot: 28 Lip: 29
14 Patates a la riojana Delícies de lluç amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita	15 Cigrons amb verdures Truita de pernil dolç amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita	16 Arròs tres delícies Palometa a l'andalusa amb patates daus Fruita	17 <b>JORNADA TAILANDESA</b> Pad Thai de gambes Saltejat de pollastre amb soja Arròs amb llet casolà	18 Minestra de verdures saltades Mandonguilles a la jardinera Fruita	Kcl: 583 HC: 64 Prot: 26 Lip: 23
21 Paella de verdures Botifarra al forn amb amanida mixta Fruita	22 Crema de pèsols Truita de patates i carbassó amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) logurt	23 Llenties a la riojana Caçó amb salsa amb verdures saltades Fruita	24 Sopa d'aviram amb fideus Pernilets de pollastre a la llimona amb pastanaga i pèsols Fruita	25 Tricolor de verdura ofegada Estofat a la jardinera amb patates daus Fruita	Kcl: 625 HC: 59 Prot: 27 Lip: 35
28 Fideuada Bunyols de bacallà amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita	29 Crema de pastanaga i carbassa Estofat de porc amb tomàquet amb patates daus Fruita	30 Mongetes blanques estofades amb verdures Truita de formatge amb amanida mixta Fruita	31 Marmitako de tonyina Hamburguesa al forn amb carbassó saltat logurt		Kcl: 565 HC: 56 Prot: 38 Lip: 22