

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 FESTA	2 FESTA	3 FESTA	4 FESTA	Kcl: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0
7 FESTA	8 PRODUCTE SENSE LACTOSA Crema de llegums Estofat de gall d'indi a la jardinera logurt (sense lactosa)	9 PRODUCTE SENSE LACTOSA Arròs amb magre i xampinyons Trita de patates amb amanida mixta Fruita	10 PRODUCTE SENSE LACTOSA Llenties estofades Abadejo al forn amb pastanaga i ceba Fruita	11 PRODUCTE SENSE LACTOSA Macarrons a la siciliana Llom a la planxa amb patates fregides Fruita	Kcl: 641 HC: 71 Prot: 28 Lip: 29
14 PRODUCTE SENSE LACTOSA Patates a la riojana Delícies de lluç amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita	15 PRODUCTE SENSE LACTOSA Cigrons amb verdures Trita de pernil dolç amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita	16 PRODUCTE SENSE LACTOSA Arròs tres delícies Palometa a l'andalusa amb patates daus Fruita	17 PRODUCTE SENSE LACTOSA Pad Thai de gambes Saltejat de pollastre amb soja Arròs amb llet casolà	18 PRODUCTE SENSE LACTOSA Minestra de verduras saltadas Mandonguilles a la jardinera Fruita	Kcl: 583 HC: 64 Prot: 26 Lip: 23
21 PRODUCTE SENSE LACTOSA Paella de verdures Botifarra al forn amb amanida mixta Fruita	22 PRODUCTE SENSE LACTOSA Crema de pèsols Trita de patates i carbassó amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) logurt	23 PRODUCTE SENSE LACTOSA Llenties a la riojana Caçó amb salsa amb verdures saltades Fruita	24 PRODUCTE SENSE LACTOSA Sopa d'aviram amb fideus Pernilets de pollastre a la llimona amb pastanaga i pèsols Fruita	25 PRODUCTE SENSE LACTOSA Tricolor de verdura ofegada Estofat a la jardinera amb patates daus Fruita	Kcl: 625 HC: 59 Prot: 27 Lip: 35
28 PRODUCTE SENSE LACTOSA Fideuada Bunyols de bacallà amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita	29 PRODUCTE SENSE LACTOSA Crema de pastanaga i carbassa Estofat de porc amb tomàquet amb patates daus Fruita	30 PRODUCTE SENSE LACTOSA Mongetes blanques estofades amb verdures Trita de formatge amb amanida mixta Fruita	31 PRODUCTE SENSE LACTOSA Marmitako de tonyina Hamburguesa al forn amb carbassó saltat logurt		Kcl: 565 HC: 56 Prot: 38 Lip: 22