

MES: Febrer 2019

COL·LEGI: PIA ST. ANTONI

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	I. Nutricional
*FRUITES DEL MES: PLÀTAN, POMA, TARONJA, PERA, PINYA I MANDARINES.				1 Arròs amb verdures Bacallà amb samfaina Fruita	Kcl: 664 HC: 84 Prot: 38 Lip: 22
4 NO PORC Espirals carbonara Trita de patates i cabassó amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita	5 Cigrons amb tomàquet i ou dur Croquetes de bacallà amb amanida mixta Flam	6 Mongeta verda amb patates Mandonguilles amb salsa de xampinyons Fruita	7 Crema de llegums Contracuixa de pollastre al forn amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita	8 Arròs napolitana Lluç al forn amb patates panadera Fruita	Kcl: 622 HC: 66 Prot: 30 Lip: 24
11 Sopa d'aviram amb fideus Llenguadina a l'andalusa amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita	12 Bròquil amb patates Canelons de carn gratinats (beixamel i formatge) amb amanida de fruits (enciam, oliva i pipes) Fruita	13 Arròs caldòs Hamburguesa a la planxa amb patates daus Fruita	14 Llenties estofades Trita de tonyina amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) logurt	15 Crema de verdures Estofat de gall d'indi a la jardinera Fruita	Kcl: 560 HC: 60 Prot: 22 Lip: 146
18 Sopa de peix amb arròs Tonyina en salsa amb verdures Fruita	19 Cigrons amb arròs, espinacs i ou Crestes de tonyina amb amanida mixta Natilles	20 Paella mixta Trita de formatge Fruita	21 NO PORC Macarrons carbonara Ventresca de lluç al forn amb pastanaga i ceba Fruita	22 Pèsols saltats amb patates Contracuixa de pollastre al forn amb amanida verda (enciam, pebrot verd i olives) Fruita	Kcl: 697 HC: 78 Prot: 36 Lip: 29
25 Arròs milanesa Delícies de lluç amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita	26 Crema de verdures Estofat de gall d'indi a la jardinera Fruita	27 Espaguetis amb tonyina Ventresca de lluç al forn amb amanida tricolor (enciam, pastanaga i blat de moro) Fruita	28 DIJOUS GRASS Mongeta verda amb patates Trita de tonyina amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) logurt de sabors		Kcl: 582 HC: 61 Prot: 25 Lip: 29