

MENÚ ELABORAT PEL DEPARTAMENT DE NUTRICIÓ DE aramark

MES: Juny 2024

MARE DE DEU MONTSERRAT

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Valoració
					VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
3 Arròs amb salsa de tomàquet casolana amb arròs integral Filet de lluç al forn amb refregit d'all i balsàmic amb amanida d'enciam i olives Fruita i pa integral Rice with tomato sauce with brown rice Oven baked hake fillet with fried garlic and parsley with green salad with olives Fruit and wholemeal bread	4 DINAR FI DE CURS ESO Macarrons amb tomàquet Hamburguesa completa Gelats i pa integral Macaroni with tomato sauce Hamburger Ice cream and wholemeal bread	5 Llenties estofades amb verdures Trita francesa amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga logurt i pa integral Stewed lentils French omelette with lettuce, tomato and carrot salad Yoghurt and wholemeal bread	6 Purè de carbassa Cuixetes de pollastre amb allada Fruita i pa integral Butternut squash purée Chicken drumsticks in garlic sauce Fruit and wholemeal bread	7 Mongeta verda amb patates Delícies de bacallà amb amanida d'enciam i cogombre Fruita i pa integral Green beans with potatoes Cod delights with lettuce & cucumber Fruit and wholemeal bread	VE: 3308/791 GT: 27 GS: 6 HC: 108 AZ: 25 PROT: 36 SAL: 2
10 Cigrons amb verdures Trita de patates amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita i pa integral Chickpeas stewed with vegetables Spanish omelette with lettuce and sweetcorn salad Fruit and wholemeal bread	11 Verdura tricolor (patata, pastanaga, mongeta verda) Llom amb allada amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita i pa integral Vegetables (potatoe, carrot, green bean) Tenderloin with garlic with lettuce & carrot Fruit and wholemeal bread	12 Espaguetis amb tomàquet Limanda al forn amb amanida d'enciam i olives logurt i pa integral Spaghetti with tomato sauce Baked dab with green salad with olives Yoghurt and wholemeal bread	13 Brocoli al vapor amb patates Pollastre al forn amb poma i ceba Fruita i pa integral Steamed broccoli with potatoes Baked chicken with apples & onions Fruit and wholemeal bread	14 Arròs integral amb salsa de tomàquet Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa amb amanida amb d'enciam i ceba Fruita i pa integral Brown rice with tomato sauce Grilled hamburger mix (beef and pork) with lettuce salad with onion Fruit and wholemeal bread	VE: 2905/695 GT: 20 GS: 4 HC: 102 AZ: 26 PROT: 37 SAL: 2
17 Crema de carbassó Rodanxa de lluç amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita i pa integral Zucchini cream Hake slice with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and wholemeal bread	18 Mongeta verda amb patates Estofat de porc Fruita i pa integral Green beans with potatoes Vegetables stew Fruit and wholemeal bread	19 Llenties estofades amb verdures Trita de patates amb amanida d'enciam i olives logurt i pa integral Stewed lentils Spanish omelette with green salad with olives Yoghurt and wholemeal bread	20 Arròs amb salsa de tomàquet casolana Hamburguesa al forn amb amanida d'enciam i olives Fruita i pa integral Rice with tomato sauce Baked hamburger with green salad with olives Fruit and wholemeal bread	21 DINAR FI DE CURS Macarrons amb tomàquet Pit de pollastre arrebossat amb patates Gelats i pa integral Macaroni with tomato sauce Battered & friend chicken breast with potatoes Ice cream and wholemeal bread	VE: 3278/784 GT: 30 GS: 6 HC: 101 AZ: 25 PROT: 35 SAL: 1
24 FESTIU	25 VACANCES ESTIU	26 VACANCES ESTIU	27 VACANCES ESTIU	28 VACANCES ESTIU	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0