

MENÚ ELABORAT PEL DEPARTAMENT DE NUTRICIÓ DE aramark

MES: Gener 2021

COL·LEGI: ACIS ARTUR MARTORELL

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

4

5

6

7

8

11

Llenties estofades amb moniato
Trita de patates amb amanida
d'enciam, pastanaga i olives
logurt natural i pa

12

Arròs a banda
Croquetes de pollastre amb
amanida de fruits (enciam, oliva i
pipes)
Fruita i pa

13

Crema de carbassó
Hamburguesa a la planxa amb
patates panadera
Fruita i pa

14

Cigrons estofats
Pernilets de pollastre a la llimona
amb amanida amb d'enciam, blat
de moro i quinoa
Fruita i pa

15

Pasta saltada amb verdures
Rap amb salsa verda amb
amanida d'enciam, tomàquet i
pastanaga
Fruita i pa

18

Minestra de verdures saltades
Mandonguilles amb salsa de
xampinyons
logurt i pa

19

Patates estofades amb costella i
farigola
Fillet de lluç a la planxa amb all i
julivert amb amanida d'enciam,
tomàquet i pastanaga
Fruita i pa

20

Crema de mongetes amb daus
de pernil i romaní
Trita de formatge amb amanida
de fruits (enciam, oliva i pipes)
Fruita i pa

21

Paella de verdures
Llom de perca amb pil-pil de
tomàquet amb amanida
d'enciam, tomàquet i blat de
moro
Fruita i pa

22

Sopa de peix amb pasta
Wok de gall dindi amb
verdures
Fruita i pa

25

Pèsols saltats amb bacó
Gratinat d'ou amb amanida
d'enciam, tomàquet i pastanaga
logurt i pa

26

Verdura tricolor (patata,
pastanaga, mongeta verda)
Pollastre rostit a la llimona amb
amanida de tomàquet
Fruita i pa **integral**

27

Saltat d'arròs amb pollastre,
tomàquet i curri
Ventresca de lluç a la grega amb
amanida de fruits (enciam, oliva i
pipes)
Fruita i pa

28

Llenties estofades
Botifarra al forn amb parmentier
de patata i romaní
Fruita i pa

29

Sopa d'estrelles
Ragout de vedella amb
xampinyons
Fruita i pa