

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Revisat per *Laia Torrelles*, Diplomada en Nutrició i dietètica. Col·legiada nº CAT001125



01

02

03

06

07

08

09

10

13

14

15

16

17

Pèsols saltejats amb patates
Contraeix de pollastre al forn
Enciam mezclum
Pa sense gluten i Fruita fresca

Verdura tricolor
Truita de tonyina
Tomàquet amanit
Pa sense gluten i Fruita fresca

Espaguetis sense gluten amb salsa napolitana
Lluç amb salsa verda
Enciam i pastanaga
Pa sense gluten i Fruita fresca

Crema de mongetes blanques amb cruixent de pernil
Carn magra a la planxa
Xampinyons saltejats amb all i julivert
Pa sense gluten i logurt natural

Amanida variada amb espàrrecs
Cuixa de pollastre al forn
Patates xips
Pa sense gluten i Fruita fresca

20

21

22

23

24

Amanida d'arròs amb enciam i tonyina
Truita de formatge
Enciam i pastanaga
Pa sense gluten i Fruita fresca

Patates estofades amb verdures
Pit de gall dindi amb all i julivert
Enciam i olives
Pa sense gluten i Gelat gustos

Crema de pastanaga
Bacallà al forn
Tomàquet amanit
Pa sense gluten i Fruita fresca

Bròquil saltejat amb patates
Tall rodó de vedella a la planxa
Enciam, pastanaga i blat de moro
Pa sense gluten i Fruita fresca

Amanida de tomàquet i formatge fresc
Fideus sense gluten a la cassola amb pollastre
Pa sense gluten i Fruita fresca

27

28

29

30

Crema Saint Germain
Carn magra a la planxa
Patates fregides
Pa sense gluten i Fruita fresca

Espaguetis sense gluten amb tomàquet
Filet de lluç a la planxa
Carbassó rostit
Pa sense gluten i Fruita fresca

Cigrons saltejats amb ceba i pastanaga
Filet de gall dindi amb salsa
Enciam, tomàquet i olives
Pa sense gluten i Fruita fresca

Amanida d'estiu (mongetes verdes, patata i tonyina)
Truita francesa
Enciam iceberg
Pa sense gluten i logurt natural

TORNADA AL COL·LEGI, TORNADA AL MENJADOR. ESPAIS SEGURS I SALUDABLES



Al menjador del col·legi, hi hem instaurat un nou protocol per complir amb les noves normatives de seguretat i de salut.

1 Hem desenvolupat un protocol d'actuació únic que ha rebut la certificació AENOR i tot el nostre personal n'ha rebut formació específica.

2 Apliquem totes les mesures per poder mantenir el distanciament de seguretat i evitar el contacte.

3 Els nostres menús estan elaborats per nutricionistes i compleixen protocols de seguretat alimentària rigorosos.

Per a més informació, visiteu el web del col·legi

RECOMANADOR DE SOPARS

DINAR		SOPAR	
pasta/arròs	+ carn	verdura	+ peix
pasta/arròs	+ peix	verdura	+ ou
pasta/arròs	+ ou	verdura	+ carn
verdura	+ carn	pasta/arròs	+ peix
verdura	+ peix	pasta/arròs	+ ou
verdura	+ ou	pasta/arròs	+ carn
llegums	+ carn	verdura	+ peix
llegums	+ peix	verdura	+ ou
llegums	+ ou	verdura	+ carn
fruita		lacti	
		lacti	fruita

@hostesa
www.hostesa.com

Entitats col·laboradores:

