

JUNY 2017 MENÚ REGIM				
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			<b>1</b> ARRÓS AMB SALS DE TOMÀQUET SEITÓ AL FORN AMB AMANIDA I OLIVES FRUITA KCAL: 522 HC(G): 62,1 LIP(G): 23,1 P(G): 16,6	<b>2</b> MINESTRA DE VERDURES PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB CUSCÚS LÀCTIC DESNATAT KCAL: 603 HC(G): 50,1 LIP(G): 34,8 P(G): 23,1
			Hamburguesa vegetal completa amb tomàquet, amanida.../Fruita	Amanida de tomàquet i formatge fresc/Truita francesa amb pa/Fruita
<b>FESTA</b>	<b>6</b> ARRÓS TRES DELÍCIAS OU SOBRE LLIT DE TOMÀQUET I TONYINA FRUITA KCAL: 592 HC(G): 57 LIP(G): 34 P(G): 18	<b>7</b> BRÒQUIL AMB PATATA CUETES DE RAP A LA MARINERA AMB MUNTAYETA D'ARRÓS ESPECIAL FRUITA KCAL: 509 HC(G): 57 LIP(G): 25,4 P(G): 16,8	<b>8</b> AMANIDA DE PASTA ESTOFAT DE VEDELLA AMB VERDURES FRUITA KCAL: 479 HC(G): 55,4 LIP(G): 20,1 P(G): 21,4	<b>9</b> MONGETES BLANQUES AMB SALS TOMÀQUET PIT DE POLLASTRE A LA TARONJA AMB ENCIAM LÀCTIC DESNATAT KCAL: 535 HC(G): 47,9 LIP(G): 21,4 P(G): 39,1
	Amanida de brots verds/Salmó al forn amb ceba i patata/Fruita	Quinoa amb carbassó i albergínia/Fruita	Amanida de brots verds/Truita de patata amb ceba/Fruita	Mongeta verda saltejada amb pernil/Rap a la planxa/fruïta
<b>12</b> AMANIDA DE LLENTIES TRUITA DE VERDURES DE TEMPORADA AMB ENCIAM I COGOMBRE FRUITA KCAL: 560 HC(G): 48,5 LIP(G): 33,8 P(G): 17,3	<b>13</b> MACARRONS AMB XAMPINYONS LLOM DE PORC AL FORN AMB POMA FRUITA KCAL: 523 HC(G): 61,4 LIP(G): 22,7 P(G): 19,7	<b>14</b> MINESTRA DE VERDURES FILET DE LLUÇ A LA SALS D'AMETLLES AMB ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA KCAL: 482 HC(G): 46,3 LIP(G): 26 P(G): 17,5	<b>15</b> ARRÓS DE VERDURES SALSITXES DE POLLASTRE AMB ENCIAM I TOMÀQUET AMANIT FRUITA KCAL: 555 HC(G): 63 LIP(G): 26,3 P(G): 17,7	<b>16</b> CREMA DE PORROS AMB ROSTES FILET DE DE BACALLÀ AMB AMANIDA I BLAT DE MORO LÀCTIC DESNATAT KCAL: 662 HC(G): 73 LIP(G): 35,4 P(G): 9,41
Meló amb pernil/Llenguado amb verdures/Fruita	Gaspatxo amb rostes/Salmó al forn amb ceba i patata	Amanida d'arròs basmati/Truita de xampinyons/Fruita	Torrada d'escalivada amb sardines/Macedònia	Albergínies farcides de carn blanca amb amanida/Fruita
<b>19</b> MONGETA VERDA AMB PATATA TRUITA DE VERDURES DE TEMPORADA AMB ENCIAM I COGOMBRE FRUITA KCAL: 565 HC(G): 46,6 LIP(G): 36,6 P(G): 13,6	<b>20</b> MACARRONS AM OLI, ORENGA I FORMATGE BACALLÀ AL FORN I MUNTANYETA D'ARRÓS FRUITA KCAL: 637 HC(G): 75,6 LIP(G): 27,8 P(G): 23,6	<b>21</b> MENJAR ESPECIAL FESTA (PIZZA, FRANKFURT, CHIPS, GELAT) KCAL: 619 HC(G): 73,7 LIP(G): 27 P(G): 21		
Amanida de pasta amb tonyina/Fruita	Amanida verda/Filet de vedella amb patata/Fruita	Vichyssoise/Verat al forn amb patata i ceba/Fruita		

[Aquests menús s'adaptaran a les possibles intoleràncies i/o al·lèrgies substituint els aliments i/o procés d'elaboració, previ certificat mèdic. Tota la pasta alimentària (espaguetis, fideus, macarrons...), els llegums (cigrans, lleties...) i l'arròs són d'agricultura ecològica. Les postres làctiques són productes de granja elaborats per la cooperativa catalana d'iniciativa social sense ànim de lucre LA FAGEDA. El peix serà fresc 1 cop a la setmana. La verdura serà de temporada.