

## ACTIVITATS MENJADOR - Desembre 2017



Primària i Secundària

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				1 Ordinadors
4 Taller <i>Decorem el menjador</i>	5 Jocs de taula/ Ordinadors	6 FESTIU	7 FESTIU	8 FESTIU
11 Taller <i>Arriba el Nadal</i>	12 Jocs de taula/ Ordinadors	13 Jocs al pati	14 Pel·lícula	15 Ordinadors
18 Taller <i>Torneig JUST DANCE!</i>	19 Jocs de taula/ Ordinadors	20 Jocs al pati	21 Pel·lícula	22 Festa nadalenca <i>Últim dia 1r trimestre</i>
<i>Bones vacances</i>				

Infantil

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
Plastilina	Contes	Manualitats	Música	Pel·lícula



# FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU Desembre 2017 HALAL

Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:1595,6 hidrats(gr):109 lipids(gr):64,8 proteines:53,4 (gr) del1al3					Arròs amb tomàquet natural sofregit  Salsitxes amb amanida verda  logurt Natural
kcal:2398,2 hidrats(gr):163 lipids(gr):96,2 proteines:79,8 (gr) del4al10	Llenties <b>ecològiques</b> amb verdures Truita de francesa amb amanida i olives  Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons <b>ecològics</b> Cuixetes de pollastre rostit amb patates xip  Fruita de temporada			
kcal:3989 hidrats(gr):274 lipids(gr):162 proteines:134 (gr) del11al17	Crema de <b>carbassa</b> natural Truita de patates amb enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada	Cigrons de <b>St.Guim</b> <b>(Casa Martí)</b> Bastonets de lluç amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons <b>ecològics</b> Pollastre rostit al forn amb patates lionesa  Fruita de temporada	Col i patata natural  Bunyols de bacalla amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Macarrons <b>ecològics</b> amb tomàquet i formatge ratllat Crestes de tonyina amb amanida verda logurt Natural
kcal:3191 hidrats(gr):219 lipids(gr):129 proteines:107 (gr) del18al24	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Pollastre rostit amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Sopa de brou i verdura amb galets <b>ecològics</b> Rodanxa de lluç a la romana patates xef  Fruita de temporada	Fideuà <b>(fideus ecològics)</b> Filet de llenguado al forn pesols i pastanaga  Fruita de temporada		Pizza 4 estacions artesana (de <b>proximitat</b> i <b>ecològica</b> ) Truita francesa amb amb xampinyons  <b>Postre especial</b>



## BONES FESTES



**MENUS SUPERVISATS PER LABORATORIS COBAC SA. Dietista/Nutricionista Sra. Sepsi Aiguadé N°col.legiada 5471**

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Kiwi - Platan - Mandarina - Taronja// Postres làctics Danone

La fruita es una font de vitamines



# FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat Desembre 2017 Llar d'infants



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:480 hidrats(gr):33 lipids(gr):18 proteïnes:17 (gr) del1al3					Arròs amb tomàquet natural sofregit  Salsitxes amb amanida verda  Iogurt Natural
kcal:955 hidrats(gr):65 lipids(gr):35 proteïnes:33 (gr) del4al10	Llenties <b>ecològiques</b> amb verdures Truita de francesa amb amanida i olives  Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons <b>ecològics</b> Cuixetes de pollastre rostit amb patates xip  Fruita de temporada			
kcal:2389 hidrats(gr):164,4 lipids(gr):89,6 proteïnes:84 (gr) del11al17	Crema de <b>carbassa</b> natural Truita de patates amb enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada	Cigrons de <b>St.Guim</b> <b>(Casa Martí)</b> Bastonets de lluç amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons <b>ecològics</b> Pollastre rostit al forn amb patates lionesa  Fruita de temporada	Col i patata natural  Hamburgueses de vedella a la planxa amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Macarrons <b>ecològics</b> amb tomàquet i formatge ratllat Rostit de gall d'indi amb daus de pastanaga  Iogurt Natural
kcal:1437 hidrats(gr):98 lipids(gr):54 proteïnes:51 (gr) del18al24	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Pit pollastre arrebossat amb amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Sopa de brou i verdura amb galets <b>ecològics</b> Botifarra a la planxa amb patates xef  Fruita de temporada	Fideuà de muntanya <b>(fideus ecològics)</b> Filet de llenguado al forn pesols i pastanaga  Fruita de temporada		Crema de verdura natural Pilotetes de vedella amb xampinyons  <b>Postre especial</b>



## BONES FESTES



**MENUS SUPERVISATS PER LABORATORIS COBAC SA. Dietista/Nutricionista Sra. Sepsi Aiguadé N°col.legiada 5471**

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Kiwi - Platan - Mandarina - Taronja// Postres làctics Danone

La fruita es una font de vitamines



# FRESCAT

## reg.sant.26-04727/cat MENU Desembre 2017

Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:1595,6 hidrats(gr):109 lipids(gr):64,8 proteïnes:53,4 (gr) del1al3					Arròs amb tomàquet natural sofregit  Salsitxes amb amanida verda  logurt Natural
kcal:2398,2 hidrats(gr):163 lipids(gr):96,2 proteïnes:79,8 (gr) del4al10	Llenties <b>ecològiques</b> amb verdures Truita de francesa amb amanida i olives  Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons <b>ecològics</b> Cuixetes de pollastre rostit amb patates xip  Fruita de temporada			
kcal:3989 hidrats(gr):274 lipids(gr):162 proteïnes:134 (gr) del11al17	Crema de <b>carbassa</b> natural Truita de patates amb enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada	Cigrons de <b>St.Guim</b> <b>(Casa Martí)</b> Bastonets de lluç amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons <b>ecològics</b> Pollastre rostit al forn amb patates lionesa  Fruita de temporada	Col i patata natural  Hamburgueses de vedella a la planxa amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Macarrons <b>ecològics</b> amb tomàquet i formatge ratllat Rostit de gall d'indi amb daus de pastanaga  logurt Natural
kcal:3191 hidrats(gr):219 lipids(gr):129 proteïnes:107 (gr) del18al24	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Pit pollastre arrebossat amb amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Sopa de brou i verdura amb galets <b>ecològics</b> Botifarra a la planxa amb patates xef  Fruita de temporada	Fideuà de muntanya <b>(fideus ecològics)</b> Filet de llenguado al forn pesols i pastanaga  Fruita de temporada		Pizza 4 estacions artesana (de <b>proximitat</b> i <b>ecològica</b> ) Pilotetes de vedella amb xampinyons  <b>Postre especial</b>



# BONES FESTES



**MENUS SUPERVISATS PER LABORATORIS COBAC SA. Dietista/Nutricionista Sra. Sepsi Aiguadé N°col.legiada 5471**

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Kiwi - Platan - Mandarina - Taronja// Postres làctics Danone

La fruita es una font de vitamines



# FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat **Desembre 2017** sense gluten

Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:1595,6 hidrats(gr):109 lipids(gr):64,8 proteines:53,4 (gr) del1al3					Arròs amb tomàquet natural sofregit  Salsitxes amb amanida verda  Iogurt Natural
kcal:2398,2 hidrats(gr):163 lipids(gr):96,2 proteines:79,8 (gr) del4al10	Llenties <b>ecològiques</b> amb verdures Truita de francesa amb amanida i olives  Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons <b>sense gluten</b> Cuixetes de pollastre rostit amb patates xip  Fruita de temporada			
kcal:3989 hidrats(gr):274 lipids(gr):162 proteines:134 (gr) del11al17	Crema de <b>carbassa</b> natural Truita de patates amb enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada	Cigrons de <b>St.Guim</b> <b>(Casa Martí)</b> Filet de Caella al forn amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Sopa de brou casolà amb galets <b>sense gluten</b> Pollastre rostit al forn amb patates lionesa  Fruita de temporada	Col i patata natural  Hamburgueses de vedella a la planxa amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Macarrons <b>sense gluten</b> tomàquet i formatge ratllat gall d'indi amb daus de pastanaga  Iogurt Natural
kcal:3191 hidrats(gr):219 lipids(gr):129 proteines:107 (gr) del18al24	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Pollastre rostit amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Sopa de brou amb pistons <b>sense gluten</b> Botifarra a la planxa amb patates xef  Fruita de temporada	Espirals <b>sense gluten</b> tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn pesols i pastanaga  Fruita de temporada		Pizza 4 estacions <b>sense gluten</b> Truita francesa amb xampinyons  <b>Postre especial</b>



## BONES FESTES



**MENUS SUPERVISATS PER LABORATORIS COBAC SA. Dietista/Nutricionista Sra. Sepsi Aiguadé N°col.legiada 5471**

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Kiwi - Platan - Mandarina - Taronja// Postres làctics Danone

La fruita es una font de vitamines