




FRESCAT



reg.sant.26-04727/cat MENU Gener 2018

Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
del1a17					Nit DE REIS 
kcal:3.985 hidrats(gr):273 lipids(gr):144 proteïnes:132 (gr) del8a114	Mongeta verda amb patata natural bullida i oli d'oliva Petxuga de pollastre arrebossat amb tomàquet i olives Fruita de temporada	Crema de carbassó natural amb formatget Trita francesa amb amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Patates naturals guisades amb pesols Filet de llenguado amb pisto de verdura Fruita de temporada	Mongetes seques ecològiques guisades Botifarra a la planxa amb amanida verda i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Mandonguilles de vedella a la jardinera(verdures) logurt natural
kcal:3.977 hidrats(gr):270 lipids(gr):142 proteïnes:127,6 (gr) del15a121	Crema de carbassa natural Trita de patata amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Lluç a la romana amb tomàquet natural al forn Fruita de temporada	Pizza 4 estacions ecologica i artesana Hamburgueses de vedella a la planxa amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	Sopa de brou casolà amb estrelletes ecològiques Pollastre rostit al forn amb patates xef Fruita de temporada	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Gall d'indi amb suc i pastanaga logurt natural
kcal:3.982 hidrats(gr):272 lipids(gr):143 proteïnes:131 (gr) del22a128	Llenties ecològiques amb verduretes Llibrets de pernil dolç i formatge amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons ecològics Mandonguilles de vedella amb bolets Fruita de temporada	Espirals ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Trita d'espínacs amb amb mesclum d'enciams (escarola,enciam,l'ollo rosso) Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Filet d'àngel al forn amb pesols i pastanaga a daus Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Cuixetes de pollastre rostit tomàquet amanit i olives logurt natural
kcal:2392,2 hidrats(gr):163 lipids(gr):85 proteïnes:78 (gr) del29a131	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Escalopa de cap de lllom amb mesclum d'enciams (escarola,enciam,l'ollo rosso) Fruita de temporada	Puré de carbassó natural amb formatget Trita de patates amb amanida i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Mongetes seques ecològiques guisades Salsitxes a la planxa amb rodes Fruita de temporada		

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


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



FRESCAT



reg.sant.26-04727/cat MENU Gener 2018 SENSE GLUTEN

Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
del1al7					Nit DE REIS 
kcal:3.985 hidrats(gr):273 lipids(gr):144 proteïnes:132 (gr) del8al14	Mongeta verda amb patata natural bullida i oli d'oliva Petxuga de pollastre a la planxa amb tomàquet i olives Fruita de temporada	Crema de carbassó natural amb formatget Trita francesa amb amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Patates naturals guisades amb pesols Filet de llenguado amb pisto de verdura Fruita de temporada	Mongetes seques ecològiques guisades Botifarra a la planxa amb amanida verda i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets sense gluten Gall d'indi a la planxa amb xampinyons logurt natural
kcal:3.977 hidrats(gr):270 lipids(gr):142 proteïnes:127,6 (gr) del15al21	Crema de carbassa natural Trita de patata amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Filet de llenguado amb tomàquet natural al forn Fruita de temporada	Pizza 4 estacions sense gluten Hamburgueses de vedella a la planxa amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	Sopa de brou casolà amb estrelletes sense gluten Pollastre rostit al forn amb patates xef Fruita de temporada	Macarrons sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Gall d'indi amb suc i pastanaga logurt natural
kcal:3.982 hidrats(gr):272 lipids(gr):143 proteïnes:131 (gr) del22al28	Llenties ecològiques amb verdures Llesqueta de pernil dolç i amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons sense gluten Petxuga de pollastre a la planxa amb bolets Fruita de temporada	Espirals sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Trita d'espínacs amb amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Filet d'àngel al forn amb pesols i pastanaga a daus Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Cuixetes de pollastre rostit tomàquet amanit i olives logurt natural
kcal:2392,2 hidrats(gr):163 lipids(gr):85 proteïnes:78 (gr) del29al31	Macarrons sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat Cap de llom amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Purè de carbassó natural amb formatget Trita de patates amb amanida i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Mongetes seques ecològiques guisades Salsitxes a la planxa amb xips Fruita de temporada		

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


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



FRESCAT



reg.sant.26-04727/cat MENU Gener 2018Llar d'infants

Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
del1al7					<p>Nit DE REIS</p> 
kcal:2401 hidrats(gr):167 lipids(gr):89 proteïnes:79,3 (gr) del8al14	Mongeta verda amb patata natural bullida i oli d'oliva Petxuga de pollastre arrebossat amb tomàquet i olives Fruita de temporada	Crema de carbassó natural amb formatget Truita francesa amb amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Patates naturals guisades amb pesols Filet de llenguado amb pisto de verdura Fruita de temporada	Mongetes seques ecològiques guisades Botifarra a la planxa amb amanida verda i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Mandonguilles de vedella a la jardinera(verdures) logurt natural
kcal:2396 hidrats(gr):167,6 lipids(gr):89,1 proteïnes:81,3 (gr) del15al21	Crema de carbassa natural Truita de patata amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Lluç a la romana amb tomàquet natural al forn Fruita de temporada	Puré de verdures naturals Hamburgueses de vedella a la planxa amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	Sopa de brou casolà amb estrelletes ecològiques Pollastre rostit al forn amb patates xef Fruita de temporada	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Gall d'indi amb suc i pastanaga logurt natural
kcal:2395 hidrats(gr):166 lipids(gr):87,2 proteïnes:80 (gr) del22al28	Llenties ecològiques amb verdures Llibrets de pernil dolç i formatge amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons ecològics Mandonguilles de vedella amb bolets Fruita de temporada	Espirals ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Truita d'espínacs amb amb mesclum d'enciams (escarola,enciam,l'ollo rosso) Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Filet d'àngel al forn amb pesols i pastanaga a daus Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Cuixetes de pollastre rostit tomàquet amanit i olives logurt natural
kcal:960 hidrats(gr):67 lipids(gr):53 proteïnes:48 (gr) del29al31	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Escalopa de cap de llong amb mesclum d'enciams (escarola,enciam,l'ollo rosso) Fruita de temporada	Puré de carbassó natural amb formatget Truita de patates amb amanida i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Mongetes seques ecològiques guisades Salsitxes a la planxa amb rodes Fruita de temporada		

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


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



FRESCAT



reg.sant.26-04727/cat MENU Gener 2018 HALAL

Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
del1al7					Nit DE REIS 
kcal:3.985 hidrats(gr):273 lipids(gr):144 proteïnes:132 (gr) del8al14	Mongeta verda amb patata natural bullida i oli d'oliva Petxuga de pollastre arrebossat amb tomàquet i olives Fruita de temporada	Crema de carbassó natural amb formatget Trita francesa amb amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Patates naturals guisades amb pesols Filet de llenguado amb pisto de verdura Fruita de temporada	Mongetes seques ecològiques guisades Crestes de tonyina amb amanida verda i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Bunyols de bacallà amb amanida logurt natural
kcal:3.977 hidrats(gr):270 lipids(gr):142 proteïnes:127,6 (gr) del15al21	Crema de carbassa natural Trita de patata amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Cigrons de St.Guim (Casa Martí) Lluç a la romana amb tomàquet natural al forn Fruita de temporada	Pizza 4 estacions ecologica i artesana Farcellets de verdures amb mesclum d'enciams Fruita de temporada	Sopa de brou casolà amb estrelletes ecològiques Pollastre rostit al forn amb patates xef Fruita de temporada	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Trita francesa amb tomàquet amanit logurt natural
kcal:3.982 hidrats(gr):272 lipids(gr):143 proteïnes:131 (gr) del22al28	Llenties ecològiques amb verdures Croquetes de peix amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons ecològics Bastonets de lluç amb xips Fruita de temporada	Espirals ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Trita d'espínacs amb amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Filet d'àngel al forn amb pèsols i pastanaga a daus Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Cuixetes de pollastre rostit tomàquet amanit i olives logurt natural
kcal:2392,2 hidrats(gr):163 lipids(gr):85 proteïnes:78 (gr) del29al31	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Crestes de tonyina amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Puré de carbassó natural amb formatget Trita de patates amb amanida i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Mongetes seques ecològiques guisades Bunyols de bacalla amb rodes Fruita de temporada		

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

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

ACTIVITATS MENJADOR - Gener 2018



Primària i Secundària

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1 FESTIU	2 FESTIU	3 FESTIU	4 FESTIU	5 FESTIU
8 Taller <i>Papiroflèxia</i>	9 Jocs de taula/ Ordinadors	10 Jocs al pati	11 Pel·lícula	12 Ordinadors
15 Taller <i>Atrapa-somnis</i>	16 Jocs de taula/ Ordinadors	17 Jocs al pati	18 Pel·lícula	19 Ordinadors
22 Taller <i>Torneig JUST DANCE!</i>	23 Jocs de taula/ Ordinadors	24 Jocs al pati	25 Pel·lícula	26 Ordinadors
29 Taller <i>Animals amb material reciclat</i>	30 Jocs de taula/ Ordinadors			

Infantil

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