

ABRIL 2017

Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5	Dijous 6	Divendres 7
Sopa de brou Trita a la francesa amb formatge i amanida Fruita	Cigrons amb espinacs Llibrets de pernil dolç i formatge amb tomàquet i olives logurt	Crema de verdures Mandonguilles amb salsa de tomàquet Fruita	Arròs a la cassola Pit de gall d'indi amb enciam Fruita	Espaguetis amb formatge Filet de peix amb amanida Gelats o fruita
Dilluns 10	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13	Divendres 14
FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA
Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19	Dijous 20	Divendres 21
FESTA	Arròs amb tomàquet Varetes de lluç amb enciam Fruita	Sopa de brou amb pasta Canya de l'om amb albergínia logurt	Ensaladilla russa <i>E.I: Patata amb tonyina</i> Hamburguesa de vedella amb ceba confitada Fruita	Macarrons gratinats Pit de pollastre amb guarnició Gelats o fruita
Dilluns 24	Dimarts 25	Dimecres 26	Dijous 27	Divendres 28
Arròs amb tomàquet Ous ferrats amb enciam i olives Fruita	Sopa de brou Estofat de vedella a la jardineria <i>E.I: Hamburguesa de vedella a la jardineria</i> logurt	Verdura tricolor Pit de gall d'indi amb tomàquet amanit Fruita	Espaguetis amb tomàquet Llonganissa amb xampinyons Fruita	Llenties amb arròs Salmó fresc amb verdures Gelats o fruita

-Tota la pasta amb la que cuinarem aquests cursos procedeix de cereals de cultiu i processament ecològic.

-La vedella que servirem en els menús serà de producció de proximitat (Agro-Massot. S.A)

-Es disposa de menú especial per als alumnes que portin la prescripció mèdica de règim o en altre cas, si ho determina la responsable del Servei de Mitja Pensió.

-Els menús han estat confeccionats a l'escola i revisats per la Dra. Antonieta Barahona, especialista en nutrició.

ABRIL 2017
Llar d'infants 1 i 2 anys

Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5	Dijous 6	Divendres 7
Sopa de brou Truita a la francesa amb formatge i amanida Fruita	Cigrons amb espinacs Llibrets de pernil dolç i formatge amb tomàquet i olives logurt	Crema de verdures Mandonguilles amb salsa de tomàquet Fruita	Arròs a la cassola Pit de gall d'indi amb enciam Fruita	Espaguetis amb formatge Filet de peix amb amanida Gelats o fruita
Dilluns 10	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13	Divendres 14
FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA
Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19	Dijous 20	Divendres 21
FESTA	Arròs amb tomàquet Varetes de lluç amb enciam Fruita	Sopa de brou amb pasta Canya de llonganissa amb albergínia logurt	Patata amb tonyina Hamburguesa de vedella amb ceba confitada Fruita	Macarrons gratinats Pit de pollastre amb guarnició Gelats o fruita
Dilluns 24	Dimarts 25	Dimecres 26	Dijous 27	Divendres 28
Arròs amb tomàquet Ous ferrats amb enciam i olives Fruita	Sopa de brou Hamburguesa a la jardinera logurt	Verdura tricolor Pit de gall d'indi amb tomàquet amanit Fruita	Espaguetis amb tomàquet Llonganissa amb xampinyons Fruita	Llenties amb arròs Salmó fresc amb verdures Gelats o fruita

-Tota la pasta amb la que cuinarem aquests cursos procedeix de cereals de cultiu i processament ecològic.

-La vedella que servirem en els menús serà de producció de proximitat (Agro-Massot. S.A)

-Es disposa de menú especial per als alumnes que portin la prescripció mèdica de règim o en altre cas, si ho determina la responsable del Servei de Mitja Pensió.

-Els menús han estat confeccionats a l'escola i revisats per la Dra. Antonieta Barahona, especialista en nutrició.



COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

LLEIDA

GERMANES SAGRADA FAMÍLIA D'URGELL

Estimar-te i servir-te sempre i en tot

SERIL,S.L.

ABRIL 2017- RECOMANACIONS PER SOPAR A CASA

Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5	Dijous 6	Divendres 7
Crema de carbassa Peix amb verdures al forn iogurt	Arròs a la cubana amb ou ferrat i amanida Maduixes amb suc de taronja	Pasta d'espirlals amb beixamel Salmó a la planxa amb amanida pera	Verdura de temporada amb patata Escalopa de vedella iogurt	Amanida de tomàquet Sípia amb patates Taronja amb mel
Dilluns 10	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13	Divendres 14
FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA
Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19	Dijous 20	Divendres 21
FESTA	Mongetes seques amb espinacs llonganissa a la planxa Kiwi amb taronja	Verdura amb patata Bacallà amb tomàquet Raïm	Sopa de caldo Truita de pernil dolç i formatge amb amanida plàtan	Orada al forn amb verdures i patates Maduixes amb iogurt
Dilluns 24	Dimarts 25	Dimecres 26	Dijous 27	Divendres 28
Bròquil i patata Pollastre amb compota de poma iogurt	Mongeta verda saltejada Lluç arrebossat amb amanida Pera	Arròs tres delícies Llom amb xampinyons Mandarines	Trinxat de col i patata Sardines al forn amb all i julivert Fruita	Amanida verda amb formatge fresc truita de patata Pinya natural



COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

LLEIDA

GERMANES SAGRADA FAMÍLIA D'URGELL

Estimar-te i servir-te sempre i en tot

SERIL,S.L.

ABRIL 2017 – Valoració nutricional

Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5	Dijous 6	Divendres 7
Hidrats de carboni: 58.69% Proteïnes: 19.09% Lípids: 22.22% Energia en Kcal: 489.09 Kcal	Hidrats de carboni: 31.00% Proteïnes: 32.66% Lípids: 36.34% Energia en Kcal: 545.80 Kcal	Hidrats de carboni: 35.55% Proteïnes: 13.86% Lípids: 50.59% Energia en Kcal: 463.30 Kcal	Hidrats de carboni: 62.13% Proteïnes: 29.80% Lípids: 8.06% Energia en Kcal: 472.20 Kcal	Hidrats de carboni: 46.39% Proteïnes: 33.74% Lípids: 19.87% Energia en Kcal: 406.55 Kcal
Dilluns 10	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13	Divendres 14
FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA
Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19	Dijous 20	Divendres 21
FESTA	Hidrats de carboni: 64.40% Proteïnes: 26.33% Lípids: 9.27% Energia en Kcal: 509.11 Kcal	Hidrats de carboni: 35.76% Proteïnes: 29.75% Lípids: 34.49% Energia en Kcal: 468.90 Kcal	Hidrats de carboni: 47.03% Proteïnes: 33.86% Lípids: 19.11% Energia en Kcal: 630.50 Kcal	Hidrats de carboni: 51.47% Proteïnes: 37.76% Lípids: 10.77% Energia en Kcal: 554.07 Kcal
Dilluns 24	Dimarts 25	Dimecres 26	Dijous 27	Divendres 28
Hidrats de carboni: 65.60% Proteïnes: 12.30% Lípids: 22.10% Energia en Kcal: 485.62 Kcal	Hidrats de carboni: 40.06% Proteïnes: 32.38% Lípids: 27.57% Energia en Kcal: 480.05 Kcal	Hidrats de carboni: 34.70% Proteïnes: 27.55% Lípids: 37.75% Energia en Kcal: 493.90 Kcal	Hidrats de carboni: 43.07% Proteïnes: 17.47% Lípids: 39.46% Energia en Kcal: 689.89 Kcal	Hidrats de carboni: 42.09% Proteïnes: 31.70% Lípids: 26.21% Energia en Kcal: 574.50 Kcal