

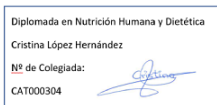
### DILLUNS

### DIMARTS

### DIMECRES

### DIJOUS

### DIVENDRES



**07**

Crema de verdures Ametller de temporada  
Espaguetis ECO a la milanesa vegana (salsa de tomàquet i soja texturitzada)  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller  
548,1Kcal - Prot:24,2g - Lip:10,0g - HC:87,1g

**14**

Minestra bullida  
Truita de patata i ceba amb rodes de tomàquet i olives negres  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller  
547,8Kcal - Prot:18,3g - Lip:19,5g - HC:70,2g

**21**

**DIÀ MUNDIAL DE L'INFANT**

**28**

Verdura tricolor  
Mandonguilles amb salsa de tomàquet  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller  
620,5Kcal - Prot:22,3g - Lip:35,0g - HC:48,6g

**01**

**FESTIU**

**08**

Sopa de peix amb arròs  
Croquetes de pernil amb enciam i pastanaga  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller  
569,0Kcal - Prot:16,0g - Lip:17,6g - HC:83,1g

**15**

Arròs amb salsa de tomàquet  
Pollastre groc a la planxa amb enciam i blat de moro  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller  
603,5Kcal - Prot:33,6g - Lip:13,4g - HC:84,5g

**22**

Arròs de muntanya (ceba, tomàquet, pastanaga i xampinyons)  
Truita de patata i tonyina amb enciam i olives  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller  
656,9Kcal - Prot:17,0g - Lip:19,1g - HC:101,7g

**29**

Crema de pastanaga natural Ametller amb formatge ratllat  
Cigrons saltejats amb ceba i bacó  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller  
555,2Kcal - Prot:17,5g - Lip:9,5g - HC:91,3g

**02**

Mongetes verdes amb patata  
Contraeix de pollastre groc al forn amb enciam i tomàquet  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller  
515,8Kcal - Prot:34,6g - Lip:13,3g - HC:59,4g

**09**

Llenties ECO amb verdures Ametller  
Gall dindi a la planxa amb carbassó arrebossat  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller  
606,1Kcal - Prot:36,3g - Lip:20,9g - HC:62,9g

**16**

Cigrons amb patates  
Vedella a la jardineria  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller  
633,5Kcal - Prot:40,9g - Lip:15,8g - HC:74,7g

**23**

Sopa d'au amb estrelles  
Pizza de pernil i formatge  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller  
540,7Kcal - Prot:22,8g - Lip:6,4g - HC:88,9g

**30**

Espaguetis a la florentina (amb espinacs i beixamel)  
Truita amb formatge amb enciam i pastanaga  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller  
632,5Kcal - Prot:30,6g - Lip:26,9g - HC:67,4g

**03**

Tallarines al pesto  
Hamburguesa a la planxa amb ceba brasejada  
Pa blanc/integral i logurt natural Ametller  
776,0Kcal - Prot:27,5g - Lip:31,0g - HC:75,5g

**10**

Paella mixta  
Truita francesa amb enciam i tomàquet  
Pa blanc/integral i logurt natural Ametller  
597,1Kcal - Prot:28,4g - Lip:20,2g - HC:78,5g

**17**

Macarrons a la carbonara  
Bacallà al forn amb all i julivert amb enciam i pastanaga  
Pa blanc/integral i logurt natural Ametller  
644,4Kcal - Prot:34,2g - Lip:23,4g - HC:72,1g

**24**

Trinxat de col Ametller amb patates  
Pollastre groc rostit a les fines herbes amb enciam i tomàquet  
Pa blanc/integral i logurt natural Ametller  
597,4Kcal - Prot:42,4g - Lip:30,2g - HC:35,6g

**04**

Mongetes blanques saltejades amb ceba i pernil salat  
Gall dindi a la planxa amb enciam i pastanaga  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller  
660,3Kcal - Prot:23,7g - Lip:33,5g - HC:62,3g

**11**

Coliflor fresca amb patata  
Maires a l'andalusa amb enciam i olives  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller  
505,9Kcal - Prot:25,2g - Lip:14,3g - HC:60,5g

**18**

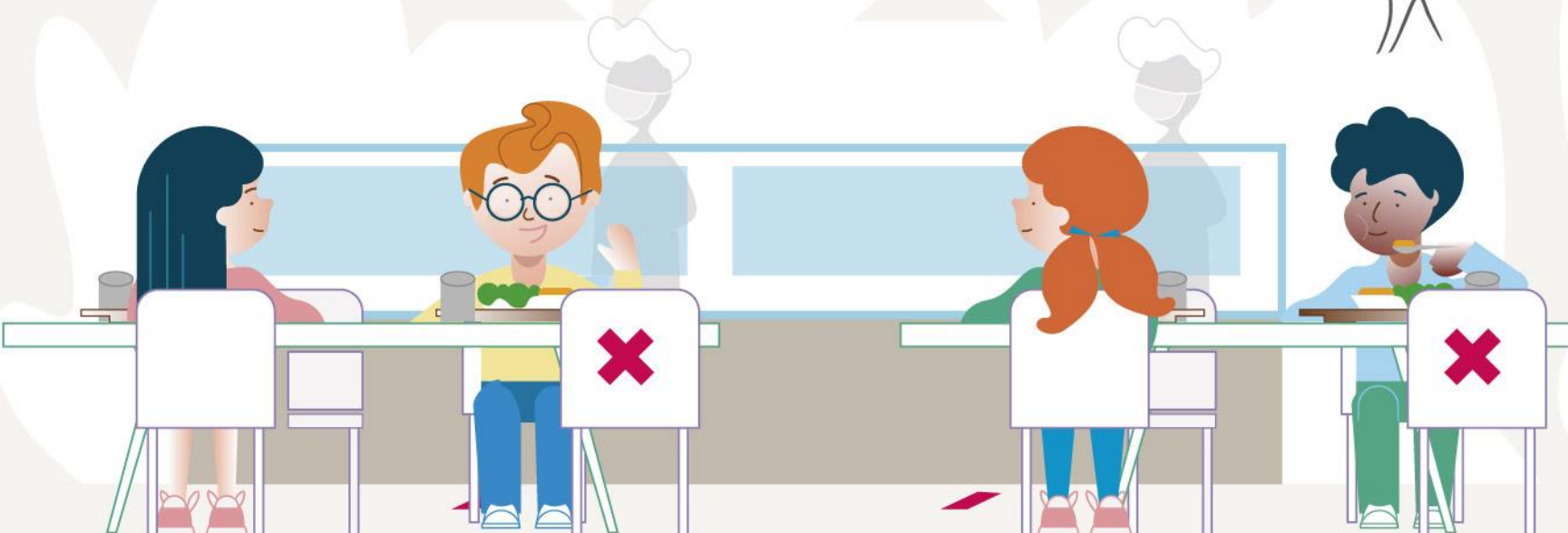
Taco de verdures Ametller amb salsa barbacoa  
Gall dindi amb salsa de formatge  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller  
595,7Kcal - Prot:23,7g - Lip:11,0g - HC:93g

**25**

Crema de verdures natural Ametller  
Caldereta de rap i calamars amb patates  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller  
561,9Kcal - Prot:33,0g - Lip:12,3g - HC:76,0g

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

Hostesa



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

