

DILLUNS
DIMARTS
DIMECRES
DIJOUS
DIVENDRES


Diplomada en Nutrición Humana y Dietética
Cristina López Hernández
Nº de Colegiada:
CAT000304

01

Sopa de peix amb arròs
Cinta de llom a la planxa amb enciam i cogombre
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

02

Arròs del Delta de l'Ebre en blanc amb oli d'oliva
Truita francesa amb enciam
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

03

Crema de lleties ECO (sense ceba)
Gall dindi a la planxa amb carbassó rostit
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

04

Coliflor fresca amb patata
Maires a l'andalusa amb enciam i olives
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

07

Bròquil amb patata
Truita francesa amb enciam i olives negres
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

08

Arròs del Delta de l'Ebre en blanc amb oli d'oliva
Pollastre groc a la planxa amb enciam i cogombre
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

09

Espinacs saltejats amb patata
Filet de vedella a la planxa amb enciam
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

10

Macarrons en blanc amb oli d'oliva i orenga
Bacallà al forn amb all i julivert amb enciam i cogombre
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

11

Col amb patata
Cinta de llom amb enciam
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

14

Espirals en blanc amb oli d'oliva i pebre vermell
Llom arrebossat amb enciam
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

15

Arròs del Delta de l'Ebre saltejat amb xampinyons
Truita francesa amb enciam i olives
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

16

Sopa d'au amb estrelles
Lluç a la planxa amb patates al forn
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

17

Col amb patates
Pollastre groc rostit a les fines herbes amb enciam
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

18

Crema d'espinacs natural Ametller (sense ceba)
Rap al forn amb patates bullides
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

21

Mongeta verda amb patata
Llom a la planxa amb enciam
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

22

Crema de bledes natural (sense ceba)
Bacallà al forn amb patata al forn
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

23

Espaguetis en blanc amb espinacs
Truita francesa amb enciam
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

24

Arròs del Delta de l'Ebre en blanc amb oli d'oliva
Gall dindi a la planxa amb enciam i olives
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

25

Coliflor amb patates
Lluç a la romana amb enciam
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

28

Crema de lleties ECO (sense ceba)
Nuggets de pollastre casolans amb enciam
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

29

Tallarines en blanc amb oli d'oliva
Cinta de llom a la planxa amb enciam
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

30

Sopa d'au amb fideus ECO
Pollastre groc al forn amb saltejat de xampinyons, all i julivert
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

31

Arròs del Delta de l'Ebre en blanc amb oli d'oliva
Salmó al forn amb patates xips
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

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	

