

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



01
Espinacs saltejats amb patata
Filet de vedella a la planxa amb enciam
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

02
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

03
DIA DE LLIURE
DISPOSICIÓ

06
FESTIU

07
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

08
Espirals en blanc amb oli d'oliva i pebre vermell
Rap al forn amb enciam i cogombre
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

09
Col amb patates
Pollastre groc rostit a les fines herbes amb enciam
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

10
Crema d'espinacs natural Ametller (sense ceba)
Lluç a la planxa amb patates al forn
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

13
Mongeta verda amb patata
Llom a la planxa amb enciam
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

14
Crema de bledes natural (sense ceba)
Bacallà al forn amb patata al forn
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

15
Espaguetis en blanc amb espinacs
Truita francesa amb enciam
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

16
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

17
Coliflor amb patates
Lluç a la romana amb enciam
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

20
Crema de lleties ECO (sense ceba)
Nuggets de pollastre casolans amb enciam
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

21
Crema de carbassó natural Ametller (sense ceba)
Truita francesa amb enciam i olives
Pa blanc i logurt natural sense lactosa sense sucre ni edulcorant

22
DINAR ESPECIAL
FINAL DE CURS

23

24

27

28

29

30

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



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

@hostesa

www.hostesa.com

Entitats col·laboradores:



AENOR
PROTOCOLO
FRENTE AL COVID-19
HOSTESA