

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES



01

Cigrons amb patates  
Vedella a la jardinera  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller

02

Macarrons a la carbonara  
Bacallà al forn amb all i julivert amb enciam i pastanaga  
Pa blanc/integral i logurt natural Ametller

03

*DIA DE LLIURE  
DISPOSICIÓ*

06

*FESTIU*

07

Arròs del Delta de l'Ebre a la milanesa veggio  
Truita de formatge amb enciam i olives  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller

08

Amanida de pasta (pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives)  
Rap al forn amb enciam i cogombre  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller

09

Trinxat de col Ametller amb patates  
Pollastre groc rostit a les fines herbes amb enciam i tomàquet  
Pa blanc/integral i logurt natural Ametller

10

Crema tèbia de carbassó natural Ametller amb crostons  
Mongetes blanques saltejades amb verdures i pernil dolç  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller

13

Verdura tricolor  
Mandonguilles amb salsa de tomàquet  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller

14

Crema de pastanaga natural Ametller  
Cigrons saltejats amb verdures  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller

15

Espaguetis a la florentina (amb espinacs i beixamel)  
Truita de patata i tonyina amb enciam i pastanaga  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller

16

Arròs del Delta de l'Ebre tres delícies  
Estofat de gall dindi amb enciam i olives  
Pa blanc/integral i logurt natural Ametller

17

Pèsols amb patates  
Lluç a la romana amb enciam i tomàquet  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller

20

Amanida de lleties ECO amb tomàquet, ceba i pebrot Ametller  
Nuggets de pollastre casolans amb enciam i cogombre  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller

21

Crema d'estiu (mongeta verda, carbassó i pastanaga Ametller)  
Truita de patata i ceba amb enciam i olives  
Pa blanc/integral i Fruita fresca Ametller

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

**BONES  
VACANCES  
A TOTS!**

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



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:

