



Menú Escolar

Sense Lactosa aïac Juny



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1 Mongeta blanca estofada

Botifarra de pagès al forn amb samfaina

Fruita del temps

2 Patates amb pèsols

Escalopa de pollastre al forn amb amanida d'enciam

Fruita del Temps

3 Arròs amb tomàquet

sofregit casolà

Lluç arrebossat amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

4 Sopa de fideus

Truita de patata amb amanida d'enciam i olives

Iogurt sense lactosa

5 Macarrons amb tomàquet

Pollastre al forn amb patata al caliu

Fruita del Temps

8 Lenties estofades amb carn i verdures

Hamburguesa mixta al forn amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

9 Mongeta Tendra i Patata

Estofat de carn magra amb verdures (pèsols i pastanaga)

Fruita del temps

10 Macarrons Napolitana

Truita de patates amb amanida d'enciam i olives

Fruita del temps

11 Sopa de fideus

Salsetxes de porc amb samfaina

Iogurt sense lactosa

12 Arròs 3 delícies

(pastanaga, tonyina i olives)

Filet de lluç al forn amb patata panadera

Fruita del Temps

15 Patates i pèsols

Botifarra de Pagès amb patates xips

Fruita del temps

16 Amanida de llegums amb tonyina

Pollastre al forn amb patates al caliu

Fruita del temps

17 Arròs amb tomàquet sofregit casolà

Gall dindi a la planxa amb amanida d'enciam i olives

Fruita del Temps

18 Amanida russa Sense maionesa

Rodanxa de mussola amb salseta

Iogurt sense lactosa

19 Amanida d'estiu

Pizza casolana especial

Postrera Especial

22 Mongeta blanca estofada

Hamburguesa mixta amb amanida d'enciam i olives

Fruita del temps

23 Crema de pastanaga

Rodó de llom amb salseta i patates xips

Fruita del Temps



25 Sopa de brou

Truita de tonyina amb amanida d'enciam i olives

Iogurt

26 Arròs amb sofregit de Verdures

Pollastre al forn amb patates al caliu

Fruita del Temps

29 Patata amb mongeta

Mandonguilles a la jardinera (pastanaga i pèsols)

Fruita del Temps

30 Lenties estofades

Hamburguesa mixta amb amanida d'enciam i pastanaga

Fruita del Temps

Les fruites del temps són : pera, plàtan, poma, mandarines, maduixes, meló, síndria,...(segons temporada)

Menús Revisats Dietètica i Nutricionalment pel Cesnut
www.cesnut.com

Roser Montané Número col. 0681



www.alimentart.com