



MENÚ GENERAL

Mes de març de 2015



María Colomer Valiente
Dietista-Nutricionista
Col. IB00005

ES PIGROS

DILLUNS	2	DIMARTS	3	DIMECRES	4	DIJOUS	5	DIVENDRES	6
SOPA DE VERDURES COLADES AMB PASTA		ESPAGUETIS BOLONYESA		PURÉ DE CARABASSA		SOPA DE PEIX		PURÉ DE CIGRONS ESTOFATS	
ESCALOP D'INDIOT		TRUITA FRANCESA		FILET CAPOLAT (MAGRE I MORCILLO) D'ELABORACIÓ PRÒPIA A LA PLANXA		LLUÇ AL FORN		PITRERA DE POLLASTRE A LA PLANXA	
AMB ENSALADA MIXTA		AMB TOMÀTIGA TREMPADA		AMB PATATES AL FORN		A LA MALLORQUINA		AMB PATATES FREGIDES	
IOGURT		FRUITA		FRUITA		FRUITA		IOGURT	
DILLUNS	9	DIMARTS	10	DIMECRES	11	DIJOUS	12	DIVENDRES	13
MACARRONS BOLONYESA		PURÉ DE LLENTIES ESTOFADES		SOPA DE PEIX		PURÉ DE VERDURES		ARRÒS AMB TOMÀTIGA	
LLUÇ ORLY		PITRERA D'INDIOT A LA PLANXA		LLENGUADO A LA PLANXA		PILOTES CASOLANES (MAGRE I MORCILLO) D'ELABORACIÓ PRÒPIA		CROQUETES DE POLLASTRE	
AMB ENSALADA MIXTA		AMB PATATA BULLIDA		AMB PASTANAGA BULLIDA		AMB VERDURES		AMB ENSALADA MIXTA	
IOGURT		FRUITA		FRUITA		FRUITA		IOGURT	
DILLUNS	16	DIMARTS	17	DIMECRES	18	DIJOUS	19	DIVENDRES	20
PURÉ DE CARABASSA I CARABASSÍ		ESPAGUETIS BOLONYESA		ARRÒS DE PEIX		SOPA DE PICADILLO		PURÉ DE LLENTIES ESTOFADES	
LLOM AL FORN		LLUÇ AL FORN		FILET CAPOLAT (MAGRE I MORCILLO) D'ELABORACIÓ PRÒPIA A LA PLANXA		TRUITA PAISANA		LLENGUADO A L'ADOBÀ	
AMB PATATA BULLIDA		AMB TOMÀTIGA FREGIDA		AMB PATATES FREGIDES		AMB ENSALADA MIXTA		AMB TOMÀTIGA TREMPADA	
IOGURT		FRUITA		FRUITA		FRUITA		IOGURT	
DILLUNS	23	DIMARTS	24	DIMECRES	25	DIJOUS	26	DIVENDRES	27
SOPA DE POLLASTRE		MACARRONS BOLONYESA		PURÉ DE LLENTIES ESTOFADES AMB ESPINACS		PURÉ DE VERDURES		SOPA DE PEIX	
CROQUETES DE PEIX		LLUÇ A LA PLANXA		FRICANDELA (MAGRE I MORCILLO) D'ELABORACIÓ PRÒPIA AL FORN		POLLASTRE AL FORN		LLENGUADO	
AMB ENSALADA		AMB LLETUGA, BLAT		AMB VERDURES		AMB PATATES FREGIDES		A LA MALLORQUINA	
IOGURT		FRUITA		FRUITA		FRUITA		IOGURT	
DILLUNS	30	DIMARTS	31	Tots els menús van acompanyats de pa variat i aigua.					
PURÉ DE CARABASSA I CARABASSÍ		SOPA DE PICADILLO		Informació al·lergens Aquest menú CONTÉ: GLUTEN, LLET (inclosa LACTOSA), OU, PEIX, MOL·LUSCS, CRUSTACIS i API.					
ESCALOP MILANESA		TRUITA ESPANYOLA							
AMB ENSALADA MIXTA		AMB TOMÀTIGA, BLAT, Y TONYINA							
IOGURT		FRUITA							