

ESCOLES BRESSOL MAINADA I MARRECS

CAMINANTS

FEBRER 2025



| | DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|--------------------------------|--|---|--|---|---|
| SETMANA DEL 3 AL 9 DE FEBRER | Crema de porros, pastanaga, ceba i patata Proteïna soja Iogurt natural sense sucre | Crema de verdures de temporada amb patata Ou Iogurt natural sense sucre | Sèmola d'arròs Cues de rap Iogurt natural sense sucre | Sèmola de blat Vedella Iogurt natural sense sucre | Crema de porros, pastanaga i patata Llenties / Pollastre o Gall Dindi * Iogurt natural sense sucres |
| | | Kcal: 511,9; H: 40,6g; P: 20,5g; L: 25,8g | Kcal: 444,5; H: 55,2g; P: 18,9g; L: 14,98g | Kcal: 461,2; H: 45,6g; P: 21,1g; L: 21,6g | Kcal: 492,9; H: 52,9g; P: 18,6g; L: 20,7g |
| | Berenar: Fruita de temporada | Berenar: Fruita de temporada | Berenar: Fruita de temporada | Berenar: Fruita de temporada | Berenar: Fruita de temporada |
| | Kcal: 108,2; H: 22,8g; P: 0,62g; L: 0,72g | Kcal: 108,2; H: 22,8g; P: 0,62g; L: 0,72g | Kcal: 108,2; H: 22,8g; P: 0,62g; L: 0,72g | Kcal: 108,2; H: 22,8g; P: 0,62g; L: 0,72g | Kcal: 108,2; H: 22,8g; P: 0,62g; L: 0,72g |
| SETMANA DEL 10 A 16 DE FEBRER | FESTA | Crema de verdures de temporada amb patata Proteïna soja Iogurt natural sense sucre | Sèmola de blat Vedella Iogurt natural sense sucre | Sèmola de blat Pollastre Iogurt natural sense sucre | Crema de carbassó, mongeta verda, pastanaga i patates Mongetes seques / Pollastre o Gall Dindi * Iogurt natural sense sucre |
| | | Kcal: 486,1; H: 58,45g; P: 19,16g; L: 14,8g | Kcal: 452,6; H: 42,5g; P: 17,8g; L: 22,18g | Kcal: 452,6; H: 42,5g; P: 17,8g; L: 22,18g | Kcal: 492,9; H: 52,9g; P: 18,6g; L: 20,7g |
| | Berenar: Fruita de temporada | Berenar: Fruita de temporada | Berenar: Fruita de temporada | Berenar: Fruita de temporada | Berenar: Fruita de temporada |
| | | Kcal: 108,2; H: 22,8g; P: 0,62g; L: 0,72g | Kcal: 108,2; H: 22,8g; P: 0,62g; L: 0,72g | Kcal: 108,2; H: 22,8g; P: 0,62g; L: 0,72g | Kcal: 108,2; H: 22,8g; P: 0,62g; L: 0,72g |
| SETMANA DEL 17 AL 23 DE FEBRER | Crema de porros, pastanaga, ceba i patata Proteïna soja Iogurt natural sense sucre | Sèmola de blat Vedella Iogurt natural sense sucre | Crema de verdures de temporada amb patata Pollastre Iogurt natural sense sucre | Sèmola d'arròs Bacallà Iogurt natural sense sucre | Crema de mongeta verda, carbassó, pastanaga i patata Llenties / Pollastre o Gall Dindi * Iogurt natural sense sucre |
| | | Kcal: 497,3; H: 45,6g; P: 20,9g; L: 18,1g | Kcal: 439,5; H: 55,2g; P: 18,9g; L: 10,9g | Kcal: 439,5; H: 55,2g; P: 18,9g; L: 10,9g | Kcal: 526,5; H: 52,6g; P: 20,4g; L: 16,6g |
| | Berenar: Fruita de temporada | Berenar: Fruita de temporada | Berenar: Fruita de temporada | Berenar: Fruita de temporada | Berenar: Fruita de temporada |
| | Kcal: 108,2; H: 22,8g; P: 0,62g; L: 0,72g | Kcal: 108,2; H: 22,8g; P: 0,62g; L: 0,72g | Kcal: 108,2; H: 22,8g; P: 0,62g; L: 0,72g | Kcal: 108,2; H: 22,8g; P: 0,62g; L: 0,72g | Kcal: 108,2; H: 22,8g; P: 0,62g; L: 0,72g |
| SETMANA DEL 24 AL 28 DE FEBRER | Sèmola de blat Ou Iogurt natural sense sucre | Crema de carbassa, pastanaga i patata Mongeta seca / Pollastre o Gall Dindi* Iogurt natural sense sucre | Sèmola de blat Pollastre Iogurt natural sense sucre | Sèmola d'arròs Lluç Iogurt natural sense sucre | Crema de carbassó, mongeta verda, pastanaga i patates Cigrons / Pollastre o Gall Dindi * Iogurt natural sense sucre |
| | | Kcal: 509,8; H: 53,2g; P: 18,9g; L: 19,8g | Kcal: 439,5; H: 55,2g; P: 18,9g; L: 10,9g | Kcal: 521,9; H: 56,7g; P: 20,8g; L: 15,4g | Kcal: 492,9; H: 52,99g; P: 18,6g; L: 20,7g |
| | Berenar: Fruita de temporada | Berenar: Fruita de temporada | Berenar: Fruita de temporada | Berenar: Fruita de temporada | Berenar: Fruita de temporada |
| | Kcal: 108,2; H: 22,8g; P: 0,62g; L: 0,72g | Kcal: 108,2; H: 22,8g; P: 0,62g; L: 0,72g | Kcal: 108,2; H: 22,8g; P: 0,62g; L: 0,72g | Kcal: 108,2; H: 22,8g; P: 0,62g; L: 0,72g | Kcal: 108,2; H: 22,8g; P: 0,62g; L: 0,72g |

| SI DINEM | PODEM SOPAR |
|-----------------|----------------|
| Llegum/ fècules | Verdures |
| | Hortalisses |
| Verdures | Llegum/Fècules |
| Hortalisses | |
| Ous | Carn/ Peix |
| Carn | Ous/Peix |
| Peix | Carn/ Ous |
| Fruita | Làctic/Fruita |
| Làctic | Fruita |

La proteïna dels segons plats serà a la planxa, guisada o bullida, de fàcil masticació i en funció dels requeriments del infant

* La proteïna en aquests casos serà llegum, pollastre o gall dindi segons les necessitats del infant.

SUPERVISORA Montserrat Prat Quiñones

DIETISTA Cristina Echevarría Pérez Num col.legiat CAT001118