

ESCOLES BRESSOL MAINADA I MARRECS

BASAL

MAIG 2025

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
SETMANA DEL 5 AL 11 DE MAIG	Carbassó saltejat amb xampinyons Espirals a la bolonyesa de soja amb formatge ratllat Iogurt natural sense sucre	Sopa d'au amb pasta fina Hamburguesa de vedella amb ceba confitada Fruita de temporada	Bròcoli amb patates Pollastre guisat amb verdures Fruita de temporada	Arròs amb verdures Bacallà al forn amb samfaina de carbassó Fruita de temporada	Crema de mongeta verda, pastanaga i patata Llenties estofades amb verdures Fruita de temporada
	Kcal: 567; H: 63,9g; P: 18,3g; L: 23,3g	Kcal: 521,37; H: 54,62g; P: 24,9g; L: 17,5g	Kcal: 451,5; H: 55,2g; P: 19,9g; L: 15,1g	Kcal: 451,5; H: 55,2g; P: 19,9g; L: 15,1g	Kcal: 534,9; H: 62,99g; P: 18,4g; L: 19,7g
	Berenar: Fruita i pa amb oli	Berenar: Iogurt i cereals	Berenar: Humus amb bastonets	Berenar: Pa amb tomàquet i formatge fresc	Berenar: Iogurt amb bastonets
	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	Kcal: 201,3; H: 31,9g; P: 7,6g; L: 4,51g	Kcal: 181,75; H: 15,5g; P: 6,9g; L: 10,1g	Kcal: 157,16; H: 16,1g; P: 6,5g; L: 10,2g	Kcal: 210,37; H: 28,2g; P: 8,6g; L: 6,9g
SETMANA DEL 12 AL 18 DE MAIG	Arròs tres delícies (amb pastanaga, mongeta verda i truita) LLuç enfarinat amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	Crema de carabassa i mongeta verda amb patata Cigrons estofats amb bulgur i verdures Fruita de temporada	Sopa d'au amb pasta fina Mandonguilles de vedella amb daus de pastanaga i patata Iogurt natural sense sucre	Mongeta verda amb patates Pollastre guisat amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Crema de carbassó i ceba amb patates Mongetes seques estofades amb verdures Fruita de temporada
	Kcal: 476,9; H: 60,4g; P: 12,10g; L: 18,67g	Kcal: 547,1; H: 58,4g; P: 22,16g; L: 18,8g	Kcal: 481,6; H: 42,5g; P: 18,87g; L: 24,2g	Kcal: 431,9; H: 60,4g; P: 11,24g; L: 16,67g	Kcal: 534,9; H: 62,99g; P: 18,4g; L: 19,7g
	Berenar: Fruita i pa amb oli	Berenar: Iogurt i cereals	Berenar: Humus amb bastonets	Berenar: Pa amb tomàquet i formatge fresc	Berenar: Coca casolana amb iogurt
	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	Kcal: 201,3; H: 31,9g; P: 7,6g; L: 4,51g	Kcal: 181,75; H: 15,5g; P: 6,9g; L: 10,1g	Kcal: 157,16; H: 16,1g; P: 6,5g; L: 10,2g	Kcal: 210,37; H: 28,2g; P: 8,6g; L: 6,9g
SETMANA DEL 19 AL 25 MAIG	Mongeta verda saltejada amb xampinyons Macarrons a la bolonyesa de soja amb formatge ratllat Fruita de temporada	Bròcoli amb pastanaga Truita de patates amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	Arròs amb verdures Cues de rap al forn amb tomàquet i ceba Iogurt natural sense sucre	Sopa de peix amb pasta fina Estofat de vedella amb daus de patates Fruita de temporada	Crema de porros, pastanaga i patata Llenties estofades amb verdures i arròs Fruita de temporada
	Kcal: 567; H: 63,9g; P: 18,3g; L: 23,3g	Kcal: 549,8; H: 53,2g; P: 21,9g; L: 23,8g	Kcal: 488,65; H: 62,3g; P: 18,24g; L: 0,72g	Kcal: 485,94; H: 48,4g; P: 21,6g; L: 11,6g	Kcal: 534,9; H: 62,9g; P: 18,5g; L: 19,7g
	Berenar: Fruita i pa amb oli	Berenar: Iogurt i cereals	Berenar: Humus amb bastonets	Berenar: Pa amb tomàquet i formatge fresc	Berenar: Iogurt amb bastonets
	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	Kcal: 201,3; H: 31,9g; P: 7,6g; L: 4,51g	Kcal: 181,75; H: 15,5g; P: 6,9g; L: 10,1g	Kcal: 157,16; H: 16,1g; P: 6,5g; L: 10,2g	Kcal: 210,37; H: 28,2g; P: 8,6g; L: 6,9g
SETMANA DEL 26 AL 31 DE MAIG	Espirals amb tomàquet i formatge ratllat Truita francesa amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	Mongeta verda, carabassa i patata Cigrons estofats amb tomàquet i verdures Fruita de temporada	Sopa d'au amb pasta fina Pollastre al forn amb ceba rustida Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet Lluc al forn amb patatetes Iogurt natural sense sucre	Crema de carbassó, mongeta verda, pastanaga i patates Mongetes seques estofades amb verdures Fruita de temporada
	Kcal: 477,36; H: 60,49g; P: 18,67g; L: 20,6g	Kcal: 549,8; H: 53,2g; P: 21,9g; L: 23,8g	Kcal: 451,5; H: 55,2g; P: 19,9g; L: 15,1g	Kcal: 431,9; H: 60,4g; P: 11,24g; L: 16,67g	Kcal: 534,9; H: 62,99g; P: 18,4g; L: 19,7g
	Berenar: Fruita i pa amb oli	Berenar: Iogurt i cereals	Berenar: Humus amb bastonets	Berenar: Pa amb tomàquet i formatge fresc	Berenar: Coca casolana amb iogurt
	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	Kcal: 201,3; H: 31,9g; P: 7,6g; L: 4,51g	Kcal: 181,75; H: 15,5g; P: 6,9g; L: 10,1g	Kcal: 157,16; H: 16,1g; P: 6,5g; L: 10,2g	Kcal: 210,37; H: 28,2g; P: 8,6g; L: 6,9g



SI DINEM	PODEM SOPAR
Llegum/ fécules	Verdures Hortalisses
Verdures Hortalisses	Llegum/Fécules
Ous	Carn/ Peix
Carn	Ous/Peix
Peix	Carn/ Ous
Fruita	Làctic/Fruita
Làctic	Fruita

SUPERVISORA Montserrat Prat Quiñones
DIETISTA Cristina Echevarría Pérez Num col.legiat CAT001118