

# MENÚ



Menú elaborado por nutricionista colegiada: Haidée Robert Gadella CAT001628

HRG



## ESCOLA BRESSOL MARRECS -BASAL- MARÇ 2024

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
SETMANA 4-8 de MARÇ	Espirals integrals a la napolitana Trita de carabassó amb pastanaga i blat de moro Iogurt natural  <i>Berenar: Fruita i pa de pagès amb oli</i>	Crema de verdures de temporada Pollastre rostit amb xips de patata Fruita de temporada  <i>Berenar: iogurt i cereals</i>	Arròs amb tomàquet Fricandó de vedella Fruita de temporada  <i>Berenar: pa de pagès amb formatge</i>	Sopa d'au amb pasta fina Lluç al forn amb tomàquet i pastanaga Fruita de temporada  <i>Berenar: iogurt i bastonets</i>	Crema de verdures de temporada Llenties estofades amb verdures i arròs Fruita de temporada  <i>Berenar: pa amb tomàquet i formatge fresc</i>
SETMANA 11-15 de MARÇ	Arròs amb tomàquet Trita de formatge i amanida d'enciam i blat de moro Iogurt natural  <i>Berenar: Fruita i pa de pagès amb oli</i>	Fideus a la cassola Cues de rap amb patates dau Fruita de temporada  <i>Berenar: iogurt i cereals</i>	Crema de verdures de temporada Mandonguilles amb salsa de tomàquet Fruita de temporada  <i>Berenar: pa de pagès amb formatge</i>	Verdura de temporada amb patata Pollastre al forn amb pastanaga i blat de moro Fruita de temporada  <i>Berenar: iogurt i bastonets</i>	Crema de verdures de temporada Cigrons estofats amb verdures Fruita de temporada  <i>Berenar: coca casolana i iogurt</i>
SETMANA 18-22 de MARÇ	Espaguetis amb tomàquet Trita francesa amb amanida d'enciam i olives Iogurt natural  <i>Berenar: Fruita i pa de pagès amb oli</i>	Verdura de temporada amb patata Salsitxes amb amanida i blat de moro Fruita de temporada  <i>Berenar: iogurt i cereals</i>	Sopa d'au amb pasta fina Bacallà amb tomàquet Fruita de temporada  <i>Berenar: pa de pagès amb formatge</i>	Arròs amb verdures de temporada Pollastre arrebossat casolà amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada  <i>Berenar: iogurt i bastonets</i>	Crema de verdures de temporada Llenties estofades amb verdures i arròs Fruita de temporada  <i>Berenar: pa amb tomàquet i formatge fresc</i>



Si Dinem	Podem sopar
Llegums o fècules	Verdures cuites Hortalisses crues
Verdures	Fècules
Ous	Carn o peix
Carns	Ous o peix
Peix	Carn o ous
Fruita	Làctics o fruita
Làctics	Fruita