

# ESCOLA BRESSOL MAINADA

# CAMINANTS

# ABRIL 2024



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
SETMANA DEL 1 AL 7 ABRIL	Sèmola de blat	Sèmola de blat	Sèmola de blat	Sèmola d'arròs	Crema de carbassó, mongeta verda, pastanaga i patates
	Ou Iogurt natural sense sucre	Ou Iogurt natural sense sucre	Pollastre Iogurt natural sense sucre	Bacallà Iogurt natural sense sucre	Cigrons / Pollastre o Gall Dindi * Iogurt natural sense sucre
	Kcal: 442,2; H: 45,6g; P: 16,7g; L: 22,1g	Kcal: 442,2; H: 45,6g; P: 16,7g; L: 22,1g	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: 52,9g; 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 8 AL 14 ABRIL	Crema de porros, pastanaga, ceba i patata	Crema de verdures de temporada amb patata	Sèmola d'arròs	Sèmola de blat	Crema de porros, pastanaga i patata
	Proteïna soja Iogurt natural sense sucre	Ou Iogurt natural sense sucre	Cues de rap Iogurt natural sense sucre	Vedella Iogurt natural sense sucre	Llenties / Pollastre o Gall Dindi * Iogurt natural sense sucres
	Kcal: 511,9; H: 40,6g; P: 20,5g; L: 25,8g	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 15 AL 21 ABRIL	Sèmola d'arròs	Crema de mongeta verda, carabassa i patata	Sèmola de blat	Sèmola de blat	Crema de carbassó, mongeta verda, pastanaga i patates
	Lluç Iogurt natural sense sucre	Cigrons / Pollastre o Gall Dindi*	Vedella Iogurt natural sense sucre	Pollastre Iogurt natural sense sucre	Mongetes seques / Pollastre o Gall Dindi * Iogurt natural sense sucre
	Kcal: 444,1; H: 50,9g; P: 15,3g; L: 14,6g	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	Kcal: 108,2; H: 22,8g; P: 0,62g; L: 0,72g
SETMANA DEL 22 AL 28 ABRIL	Crema de porros, pastanaga, ceba i patata	Sèmola de blat	Crema de porros, pastanaga, ceba i patata	Sèmola d'arròs	Crema de mongeta verda, carbassó, pastanaga i patata
	Proteïna soja Iogurt natural sense sucre	Vedella Iogurt natural sense sucre	Pollastre Iogurt natural sense sucre	Bacallà Iogurt natural sense sucre	Llenties / Pollastre o Gall Dindi * Iogurt natural sense sucre
	Kcal: 497,3; H: 45,6g; P: 20,9g; L: 18,1g	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 29 AL 30 ABRIL	Sèmola de blat	Crema de carabassa, pastanaga i patata			
	Ou Iogurt natural sense sucre	Mongeta seca / Pollastre o Gall Dindi*			
	Kcal: 442,2; H: 45,6g; P: 16,7g; L: 22,1g	Kcal: 509,8; H: 53,2g; P: 18,9g; L: 19,8g			
	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			

SI DINEM	PODEM SOPAR
Llegum/ fècules	Verdures
	Hortalisses
Verdures Hortalisses	Llegum/Fècules
	Ous
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