



## MAIG - 2017

Dilluns 1	Dimarts 2	Dimecres 3	Dijous 4	Divendres 5
<b>FESTA</b>	Mongetes verdes saltejades Rodó al forn amb patates fregides Fruita	Espaguetis amb formatge Cuixes de pollastre amb amanida Fruita	Ensaladilla russa E.I. patata amb tonyina Mandonguilles amb tomàquet logurt	Arròs saltejat amb bacó Truita vegetal amb pastanaga Gelats o fruita
Dilluns 8	Dimarts 9	Dimecres 10	Dijous 11	Divendres 12
Macarrons gratinats Frankfurt magre amb enciam i olives Fruita	Arròs amb tomàquet Hamburguesa de vedella a la planxa amb pastanaga logurt	Verdura tricolor Filet de peix fresc amb amanida Fruita	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>
Dilluns 15	Dimarts 16	Dimecres 17	Dijous 18	Divendres 19
Crema de carbassa Calamars a la romana amb croquetes Fruita	Llenties amb patates Llibrets de pernil dolç i formatge amb enciam logurt	Brou amb pasta Llonganissa amb tomàquet Meló	Amanida verda amb tonyina Canelons casolans Fruita	Arròs a la cassola Pit de pollastre amb pastanaga Gelats o fruita
Dilluns 22	Dimarts 23	Dimecres 24	Dijous 25	Divendres 26
Arròs amb tomàquet Ous ferrats amb amanida Fruita	Ensaladilla russa E.I. patata amb tonyina Canya de lloç amb xampinyons Fruita	Empedrat de cigrons Pit de pollastre amb albergínies logurt	Macarrons al forn Salmó fresc amb verdures Fruita	Sopa de peix Hamburguesa de vedella amb tomàquet fresc Gelats o fruita
Dilluns 29	Dimarts 30	Dimecres 31		
Puré de carbassa i carbassó Ventresca de lluç a la marinera Fruita	Espaguetis amb tomàquet Truita a la francesa amb pernil dolç i enciam logurt	Llenties amb arròs Pit de pollastre amb pastanaga Meló		

- Tota la pasta amb la que cuinarem aquests cursos procedeix de cereals de cultiu i processament ecològic.
- La vedella que servirem en els menús serà de producció de proximitat (Agro-Massot. S.A)
  - Es disposa de menú especial per als alumnes que portin la prescripció mèdica de règim o en altre cas, si ho determina la responsable del Servei de Mitja Pensió.
  - Els menús han estat confeccionats a l'escola i revisats per la Dra. Antonieta Barahona, especialista en nutrició.



COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

LLEIDA

GERMANES SAGRADA FAMÍLIA D'URGELL

Estimar-te i servir-te sempre i en tot

**SERIL,S.L.**

**MAIG - 2017**  
**Llar d'Infants 1 i 2 anys**

Dilluns 1	Dimarts 2	Dimecres 3	Dijous 4	Divendres 5
<b>FESTA</b>	Mongetes verdes saltejades Rodó al forn amb patates fregides Fruita	Espaguetis amb formatge Cuixes de pollastre amb amanida Fruita	Patates amb tonyina Mandonguilles amb tomàquet logurt	Arròs saltejat amb bacó Truita vegetal amb pastanaga Gelats o fruita
Dilluns 8	Dimarts 9	Dimecres 10	Dijous 11	Divendres 12
Macarrons gratinats Frankfurt magre amb enciam i olives Fruita	Arròs amb tomàquet Hamburguesa de vedella a la planxa amb ceba confitada logurt	Verdura tricolor Filet de peix fresc amb amanida Fruita	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>
Dilluns 15	Dimarts 16	Dimecres 17	Dijous 18	Divendres 19
Crema de carbassa Calamars a la romana amb croquetes Fruita	Llenties amb patates Llibrets de pernil dolç i formatge amb enciam logurt	Brou amb pasta Llonganissa amb tomàquet Meló	Amanida verda amb tonyina Canelons casolans Fruita	Arròs a la cassola Pit de pollastre amb pastanaga Gelats o fruita
Dilluns 22	Dimarts 23	Dimecres 24	Dijous 25	Divendres 26
Arròs amb tomàquet Truita amb amanida Fruita	Patata amb tonyina Canya de llonganissa amb xampinyons Fruita	Empedrat de cigrons Pit de pollastre amb albergínies logurt	Macarrons al forn Salmó fresc amb verdures Fruita	Sopa de peix Hamburguesa de vedella amb tomàquet fresc Gelats o fruita
Dilluns 29	Dimarts 30	Dimecres 31		
Puré de carbassa i carbassó Ventresca de lluç a la marinera Fruita	Espaguetis amb tomàquet Truita a la francesa amb pernil dolç i enciam logurt	Llenties amb arròs Pit de pollastre amb pastanaga Meló		

- Tota la pasta amb la que es cuinarà aquests cursos procedeix de cereals de cultiu i processament ecològic.
- La vedella que es servirà en els menús serà de producció de proximitat (Agro-Massot. S.A)
- Es disposa de menú especial per als alumnes que portin la prescripció mèdica de règim o en altre cas, si ho determina la responsable del Servei de Mitja Pensió.
- Els menús han estat confeccionats a l'escola i revisats per la Dra. Antonieta Barahona, especialista en nutrició.

**MAIG 2017- RECOMANACIONS PER SOPAR A CASA**

Dilluns 1	Dimarts 2	Dimecres 3	Dijous 4	Divendres 5
<b>FESTA</b>	Sopa de brou Salmó al forn amb verdures logurt	Crema de verdures Truita de pèsols amb pernil Fruita	Espinacs amb beixamel Lluç a la planxa amb amanida Fruita	Amanida de tomàquet i panís Pollastre arrebossat Fruita
Dilluns 8	Dimarts 9	Dimecres 10	Dijous 11	Divendres 12
Puré de carbassó Croquetes de pollastre amb tomàquet amanit Fruita	Pèsols amb patata Bacallà a la planxa amb enciam Fruita	Sopa de lletres Pit de gall d'indi amb samfaina Fruita	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>
Dilluns 15	Dimarts 16	Dimecres 17	Dijous 18	Divendres 19
Amanida de pasta Hamburguesa amb bolets Fruita	Arròs tres delícies Aletes de pollastre marinades Fruita	Minestra de verdures Sípia a la planxa amb all i julivert Fruita	Mongeta verda i patata Truita de gambes logurt	Amanida de tomàquet Llom amb patates Fruita
Dilluns 22	Dimarts 23	Dimecres 24	Dijous 25	Divendres 26
Crema de porro Lluç amb ceba al forn logurt	Sopa de brou Bunyols de verdures amb amanida Fruita	Amanida verda Cassola de rap amb patates Fruita	Verdura de temporada amb patata Conill amb ceba al forn Fruita	Amanida de fruits secs Pizza casolana Fruita
Dilluns 29	Dimarts 30	Dimecres 31		
Saltejat d'espinacs i mongeta blanca Llonganissa a la planxa Fruita	Escalivada Hamburguesa de vedella amb patates al forn Fruita	Puré de patata Rap a la marinera Fruita		

- Es disposa de menú especial per als alumnes que portin la prescripció mèdica de règim o en altre cas, si ho determina la responsable del Servei de Mitja Pensió.
- Els menús han estat confeccionats a l'escola i revisats per la Dra. Antonieta Barahona, especialista en nutrició.



COL·LEGI SAGRADA FAMÍLIA

LLEIDA

GERMANES SAGRADA FAMÍLIA D'URGELL

Estimar-te i servir-te sempre i en tot

**SERIL,S.L.**

**MAIG 2017 – Valoració nutricional**

Dilluns 1	Dimarts 2	Dimecres 3	Dijous 4	Divendres 5
<b>FESTA</b>	Hidrats de carboni: 35,19% Proteïnes: 34,81% Lípids: 29,99% Energia en Kcal: 428,83 kcal	Hidrats de carboni: 41,91% Proteïnes: 26,48% Lípids: 31,61% Energia en Kcal: 548,05 kcal	Hidrats de carboni: 46,29% Proteïnes: 33,06% Lípids: 20,65% Energia en Kcal: 659,49 kcal	Hidrats de carboni: 60,76% Proteïnes: 16,64% Lípids: 22,60% Energia en Kcal: 519,25 kcal
Dilluns 8	Dimarts 9	Dimecres 10	Dijous 11	Divendres 12
Hidrats de carboni: 42,30% Proteïnes: 15,24% Lípids: 42,46% Energia en Kcal: 587,92 kcal	Hidrats de carboni: 53,30% Proteïnes: 24,29% Lípids: 22,41% Energia en Kcal: 659,15 kcal	Hidrats de carboni: 39,67% Proteïnes: 30,82% Lípids: 29,51% Energia en Kcal: 398,90 kcal	<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>
Dilluns 15	Dimarts 16	Dimecres 17	Dijous 18	Divendres 19
Hidrats de carboni: 42,62% Proteïnes: 19,83% Lípids: 33,55% Energia en Kcal: 404,63 kcal	Hidrats de carboni: 27,95% Proteïnes: 34,37% Lípids: 37,68% Energia en Kcal: 717,04 kcal	Hidrats de carboni: 24,57% Proteïnes: 17,22% Lípids: 58,21% Energia en Kcal: 445,00 kcal	Hidrats de carboni: 23,26% Proteïnes: 27,28% Lípids: 49,08% Energia en Kcal: 513,49 kcal	Hidrats de carboni: 57,50% Proteïnes: 32,89% Lípids: 9,60% Energia en Kcal: 555,25 kcal
Dilluns 22	Dimarts 23	Dimecres 24	Dijous 25	Divendres 26
Hidrats de carboni: 66,55% Proteïnes: 12,29% Lípids: 21,16% Energia en Kcal: 483,23 kcal	Hidrats de carboni: 44,56% Proteïnes: 29,66% Lípids: 25,78% Energia en Kcal: 604,37 kcal	Hidrats de carboni: 44,99% Proteïnes: 37,54% Lípids: 17,47% Energia en Kcal: 557,69 kcal	Hidrats de carboni: 44,74% Proteïnes: 27,65% Lípids: 27,61% Energia en Kcal: 642,37 kcal	Hidrats de carboni: 50,01% Proteïnes: 20,17% Lípids: 29,82% Energia en Kcal: 576,66 kcal
Dilluns 29	Dimarts 30	Dimecres 31		
Hidrats de carboni: 54,03% Proteïnes: 33,50% Lípids: 12,48% Energia en Kcal: 389,49 kcal	Hidrats de carboni: 44,13% Proteïnes: 21,60% Lípids: 34,27% Energia en Kcal: 491,76 kcal	Hidrats de carboni: 44,50% Proteïnes: 44,41% Lípids: 11,08% Energia en Kcal: 536,37 kcal		

- Es disposa de menú especial per als alumnes que portin la prescripció mèdica de règim o en altre cas, si ho determina la responsable del Servei de Mitja Pensió.
- Els menús han estat confeccionats a l'escola i revisats per la Dra. Antonieta Barahona, especialista en nutrició.