

**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	<b>01</b>		<b>02</b>	<b>03</b>
	Amanida complerta Cigrons ECO amb verdures Pa integral i logurt natural de proximitat 546,8Kcal - Prot:22,2g - Lip:13,7g - HC:77,0g AGS:3,6g - Sucre:23,8g - Sal:2,0g	Amanida de pasta ECO Lluç a la romana Amanida de tomàquet i enciam Pa i Fruita fresca de temporada 589,2Kcal - Prot:25,6g - Lip:17,4g - HC:78,8g AGS:2,9g - Sucre:16,9g - Sal:2,2g	Crema Saint Germain (pèsols i porro) Pollastre rostit al forn amb herbes provençals Pastanaga al forn Pa integral i Fruita fresca de temporada 541,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,3g - HC:60,1g AGS:3,8g - Sucre:26,0g - Sal:1,6g	Llenties ECO amb verdures Trita de tonyina Enciam i olives Pa i Fruita fresca de temporada 642,8Kcal - Prot:32,0g - Lip:24,1g - HC:69,2g AGS:5,1g - Sucre:18,0g - Sal:2,4g
<b>07</b>	<b>08</b>	<b>09</b>	<b>10</b>	<b>11</b>
Pèsols saltejats amb patates Ous durs amb salsa de tomàquet Enciam i daus de formatge Pa i Fruita fresca de temporada 567,1Kcal - Prot:24,2g - Lip:20,3g - HC:64,4g AGS:4,6g - Sucre:23,7g - Sal:2,0g	Mongetes blanques ECO estofades amb verdures <b>Taco de verdures amb tomàquet especiat</b>  Pa integral i Fruita fresca de temporada	Crema de carbassó Gall indi amb salsa de formatges Xampinyons saltejats Pa i Fruita fresca de temporada 604,6Kcal - Prot:34,2g - Lip:21,2g - HC:63,8g AGS:7,1g - Sucre:29,0g - Sal:2,4g	Espirals ECO al pesto Filet de lluç al forn Enciam i blat de moro Pa integral i Fruita fresca de temporada 783,9Kcal - Prot:31,2g - Lip:31,6g - HC:88,7g AGS:5,9g - Sucre:18,0g - Sal:2,0g	Amanida de patata, tomàquet, pebrot i ceba Cigrons ECO amb espinacs Pa i logurt natural de proximitat amb daus de pinya 668,1Kcal - Prot:21,3g - Lip:16,5g - HC:101,8g AGS:7,1g - Sucre:24,0g - Sal:1,4g
<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>
Amanida de llenties Trita de patates Enciam i tomàquet Pa i Fruita fresca de temporada 553,4Kcal - Prot:23,4g - Lip:21,8g - HC:60,3g AGS:4,3g - Sucre:16,8g - Sal:3,2g	Espaguetis ECO amb salsa napolitana Filet de lluç a la romana Mezclum amb olives negres Pa integral i Fruita fresca de temporada 565,3Kcal - Prot:24,6g - Lip:15,3g - HC:77,7g AGS:2,2g - Sucre:17,5g - Sal:1,9g	Arròs saltejat amb bolets Pernilets de pollastre amb herbes provençals Enciam i pastanaga Pa i Fruita fresca de temporada 597,5Kcal - Prot:24,4g - Lip:17,9g - HC:82,3g AGS:4,0g - Sucre:15,6g - Sal:1,6g	Crema de pastanaga Croquetes de pollastre Enciam i blat de moro Pa integral i logurt natural de proximitat 560,5Kcal - Prot:13,8g - Lip:19,6g - HC:77,3g AGS:4,1g - Sucre:34,1g - Sal:3,9g	Verdura tricolor Mongetes blanques ECO saltejades amb pernil Pa i Fruita fresca de temporada 529,9Kcal - Prot:18,2g - Lip:6,6g - HC:88,4g AGS:1,0g - Sucre:22,3g - Sal:1,4g
<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>
Amanida completa Hamburguesa amb patates Gelats 771,0Kcal - Prot:27,6g - Lip:18,2g - HC:115,3g AGS:2,5g - Sucre:28,5g - Sal:3,2g	Macarrons ECO amb tomàquet Pollastre arrebossat casolà Amanida d'enciam Pa integral i logurt natural de proximitat amb topping sorpresa 505,6Kcal - Prot:19,3g - Lip:11,7g - HC:72,4g AGS:2,3g - Sucre:22,1g - Sal:1,9g			
<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>		
			 <p>BONES VACANCES A TOTS !!</p>	

# TORNADA AL COL·LEGI, TORNADA AL MENJADOR. ESPAIS SEGURS I SALUDABLES

serunion®



Al menjador del col·legi, hi hem instaurat un nou protocol per complir amb les noves normatives de seguretat i de salut.

**1** Hem desenvolupat un protocol d'actuació únic que ha rebut la certificació AENOR i tot el nostre personal n'ha rebut formació específica.

**2** Apliquem totes les mesures per poder mantenir el distanciament de seguretat i evitar el contacte.

**3** Els nostres menús estan elaborats per nutricionistes i compleixen protocols de seguretat alimentària rigorosos.

Per a més informació, visiteu el web del col·legi

## RECOMANADOR DE SOPARS

### DINAR

- +
- +
- +

### SOPAR

- +
- +
- +

- +
- +
- +

- +
- +
- +

- +
- +
- +

- +
- +
- +



fruita



lacti



lacti



fruita

SERVEI D'ATENCIÓ  
NUTRICIONAL PER A FAMÍLIES

902 360 030

nutricion360@serunion.elior.com

www.serunion-educa.com

Entitats col·laboradores:

