

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

03

04

05

06

07



Revisat per Laia Torrelles, Diplomada en Nutrició i dietètica. Col·legiada nº CAT001125

10

11

12

13

14

Crema de verdures de temporada
Espaguetis sense gluten amb tomàquet i pollastre
Pa sense gluten i Fruita fresca

Sopa de peix amb arròs
Maires a la planxa
Enciam i pastanaga
Pa sense gluten i Fruita fresca

Patates estofades amb verdures
Pit de gall dindi al forn
Carbassó rostit
Pa sense gluten i Fruita fresca

Paella mixta
Truita francesa
Enciam i tomàquet
Pa sense gluten i logurt natural

JORNADA Cerdanya
Trinxat de col i patata
Cinta de llom amb seques
Pa sense gluten i Crema catalana

17

18

19

20

21

Minestra de verdures al vapor
Truita de patata i ceba
Rodes de tomàquet i olives negres
Pa sense gluten i Fruita fresca

Arròs amb salsa de tomàquet
Pit de pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Pa sense gluten i Fruita fresca

Cigrons amb patates
Vedella a la jardinera
Pa sense gluten i Fruita fresca

Macarrons sense gluten amb tomàquet
Bacallà al forn amb all i julivert
Enciam i pastanaga
Pa sense gluten i logurt natural

Verdures a la provençal
Cinta de llom a la planxa
Patates al forn
Pa sense gluten i Fruita fresca

24

25

26

27

28

Espirals sense gluten amb verdures
Cinta de llom a la planxa
Enciam i pastanaga
Pa sense gluten i Fruita fresca

Arròs de muntanya (ceba, tomàquet, pastanaga i xampinyons)
Truita de tonyina
Enciam i olives
Pa sense gluten i Fruita fresca

Sopa d'au amb pasta sense gluten
Mongetes blanques saltejades amb ceba i pastanaga
Pa sense gluten i Fruita fresca

Col amb patates saltejada
Pernilets de pollastre al forn amb herbes provençals
Enciam i tomàquet
Pa sense gluten i logurt natural

Crema de verdures de temporada
Caldereta de rap i calamars amb patates
Pa sense gluten i Fruita fresca

31

Verdura tricolor
Magra de porc amb tomàquet
Pa sense gluten i Fruita fresca

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



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	
pasta/arròs	+ carn	verdura	+ peix
pasta/arròs	+ peix	verdura	+ ou
pasta/arròs	+ ou	verdura	+ carn
verdura	+ carn	pasta/arròs	+ peix
verdura	+ peix	pasta/arròs	+ ou
verdura	+ ou	pasta/arròs	+ carn
llegums	+ carn	verdura	+ peix
llegums	+ peix	verdura	+ ou
llegums	+ ou	verdura	+ carn
fruita		lacti	
		lacti	fruita

@hostesa

www.hostesa.com

Entitats col·laboradores:

