



# Menú Escola Paco Candel - Juny 2022 **PLAT DE COLORS**

MENJADORS ESCOLARS • EDUCACIÓ ALIMENTÀRIA

*Dilluns*

*Dimarts*

*Dimecres*

*Dijous*

*Divendres*

		<b>1</b> Patates al caliu amb all i oli Botifarra de pagès amb tomàquet amanit Fruita de temporada <b>Kc 778 Prot 23,7 Glu 62,34 Gr 26,8</b>	<b>2</b> Llacets saltats amb ceba i bacó Filet de lluç arrebossat amb enciam i pastanaga Fruita de temporada <b>Kc 781 Prot 25,8 Glu 60,46 Gr 26,7</b>	<b>3</b>  FESTIU
<b>6</b>  FESTIU	<b>7</b> Cigrons estofats amb verdures Hamburguesa de vedella amb amanida Fruita de temporada <b>Kc 676 Prot 23,57 Glu 65,16 Gr 21,7</b>	<b>8</b> Amanida d'arròs Bacallà al forn amb samfaina Fruita de temporada <b>Kc 731 Prot 28,45 Glu 61,64 Gr 21,4</b>	<b>9</b> Crema de carbassó Pollastre al forn amb tomàquet provençal Fruita de temporada <b>Kc 689 Prot 24,2 Glu 61,05 Gr 25,3</b>	<b>10</b> Espaguetis a la napolitana Truita de formatge amb enciam i blat de moro iogurt natural <b>Kc 773 Prot 28,1 Glu 65,13 Gr 32,7</b>
<b>13</b> Amanida d'hortalisses Mongeta blanca guisada Fruita de temporada <b>Kc 716 Prot 26,7 Glu 72,46 Gr 21,5</b>	<b>14</b> Verdura tricolor (mongeta, patata i pastanaga) Pollastre al forn amb el seu suc Fruita de temporada <b>Kc 738 Prot 25,24 Glu 70,31 Gr 23,7</b>	<b>15</b> Arròs 3 delícies Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga Fruita de temporada <b>Kc 689 Prot 28,1 Glu 72,16 Gr 27,5</b>	<b>16</b> Pèsols amb patata Botifarra a la planxa amb tomàquet amanit Fruita de temporada <b>Kc 798 Prot 21,2 Glu 60,51 Gr 23,5</b>	<b>17</b> Macarrons amb sofregit de tomàquet Seitons arrebossats amb enciam i olives iogurt natural <b>Kc 731 Prot 25,7 Glu 69,17 Gr 22,5</b>
<b>20</b> Crema de verdures Pernilets de pollastre amb salsa de pebrots Fruita de temporada <b>Kc 731 Prot 26,9 Glu 35,11 Gr 46,8</b>	<b>21</b> Arròs amb tomàquet Lluç a la planxa amb all i julivert amb enciam i cogombre Fruita de temporada <b>Kc 798 Prot 23,7 Glu 67,16 Gr 28,4</b>	<b>22</b> Amanida de pasta Pizza de york i formatge i Frankfurt amb xips Postra especial <b>Kc 713 Prot 23,2 Glu 60,24 Gr 24,1</b>	<b>23</b>	<b>24</b>
<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	



**cantábrico**

- CÀTERING DES DE 1975 -

*La Dietista-Nutricionista ens diu:*

*Recepta de gelat saludable:*

- Agafa fruites de diferents colors i tritura-les amb una mica de iogurt natural
- Col·loca-ho en motlles i fica-ho al congelador
  - Posa-li un palet de gelat
- Un cop congelat, ja són llestes per treure del motlle i gaudir



Menús revisats per Silvia Gutiérrez,  
Diplomada en Nutrició Humana i  
Dietètica  
Número de col·legiada CAT000636



R.E.S.I.P.A.C 26.4388/CAT N.R.S. 26 01796 B