

Setembre '14 - Menú Basal

Dilluns

15
Arròs ecològic amb salsa de vegetals (ceba, api, tomàquet, porro, pastanaga i pebrot verd)

Calamars a l'andalusa amb amanida d'enciam i cogombre

Gelat

E	HC	PROT	LIP
6,00 kcal	34,60 g	100,30 g	75,10 g

Vichysoisse
Llom a la planxa
Rodanxes de plàtan i kiwi

Dimarts

16
Amanida de patata amb ou dur (tonyina, olives i maionesa)

Estofat de vedella amb carbassa

Fruita de temporada

E	HC	PROT	LIP
7,10 kcal	32,70 g	67,60 g	25,10 g

Sopa d'au amb pasta
Lluç a la romana
Natilles

Dimecres

17
Llenties pardines guisades (pastanaga, ceba i pebrot verd)

Truita de patata amb pa amb tomàquet i amanida d'enciam i olives

Fruita de temporada

E	HC	PROT	LIP
12,20 kcal	32,60 g	84,00 g	38,40 g

Mongeta tendra amb patates
Gall dindi amb salsa de tomàquet
Fruita de temporada

Dijous

18
Crema de pastanaga i carbassó (pastanaga, carbassó, patata, ceba i porro)

Pollastre al forn amb amanida d'enciam i tomàquet

Fruita de temporada

E	HC	PROT	LIP
13,00 kcal	20,80 g	112,5 g	25,50 g

Arròs tres delícies (arròs, pèsols, pastanaga, pernil york, delícies de mar i gambes)
Iogurt amb bocins de fruita

Divendres

19
Amanida de pasta (ou dur, surimi, tomàquet i olives)

Lluç a la mussolina d'all suau amb amanida d'enciam i blat de moro

Fruita de temporada

E	HC	PROT	LIP
7,80 kcal	34,70 g	88,40 g	41,70 g

Amanida de l'hort
Pastís de truita
Macedònia de fruites

22

Sopa de rap (fumet de rap) amb arròs

Hamburguesa amb catsup i amanida d'enciam i olives

Iogurt natural "La Fageda"

E	HC	PROT	LIP
770,00 kcal	39,50 g	90,70 g	27,70 g

Crema de verdures
Truita de pernil cuit
Daus de poma i pera

23

Amanida de cigrons (pit de gall dindi, tomàquet, olives i blat de moro)

Filet de lluç al forn (ceba, patata, tomàquet i pebrot verd)

Fruita de temporada

E	HC	PROT	LIP
733,00 kcal	31,60 g	91,50 g	26,70 g

Amanida verda amb brots de soja
Broquetes de gall dindi i verdures
Préssec en almívar

24

Trinxat de patata i col (patata, col i pernil York)

Vedella arrebossada amb amanida d'enciam i olives

Fruita de temporada

E	HC	PROT	LIP
823,54 kcal	98,88 g	30,19 g	34,10 g

Sopa de pistons
Rotllets de pernil cuit i formatge
Quallada amb mel

25

Arròs caldós ecològic (pastanaga i pollastre)

Truita a la francesa amb pa amb tomàquet i amanida d'enciam i blat de moro

Fruita de temporada

E	HC	PROT	LIP
651,2 kcal	30,40 g	69,60 g	27,9 g

Espinacs a la catalana
Bacallà gratinat
Macedònia natural

26

Amanida de tomàquet i formatge fresc (orenga i vinagreta)

Fideuada de peix (fumet de peix i sípia)

Fruita de temporada

E	HC	PROT	LIP
575,8 kcal	19,4 g	94,90 g	13,20 g

Patates fregides
Sandvitx vegetal de pollastre
Flam

29
Espaguetis a la napolitana (salsa natural de tomàquet i pastanaga)

Croquetes de bacallà amb amanida d'enciam i olives

Iogurt natural "La Fageda"

E	HC	PROT	LIP
738,10 kcal	37,50 g	95,20 g	23,10 g

Purè de carbassó
Llom amb samfaina
Poma al forn amb caramel

30

Crema de carbassa amb rostes de pa (carbassa, pastanaga, patata, ceba i porro)

Pastís de carn al forn amb xampinyons

Fruita de temporada

E	HC	PROT	LIP
928,80 kcal	35,40 g	84,20 g	50,10 g

Amanida verda amb fruita seca
Pizza italiana
Mousse de llimona



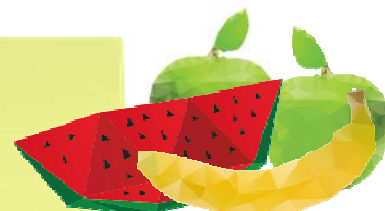
Energia Kilocalories	Hidrats de carboni Grams	Proteïnes Grams	Lípids Grams
-------------------------	-----------------------------	--------------------	-----------------

Idees per un sopar en família. Els sopars proposats representen un estàndard combinatori amb els menús servits durant el temps de migdia en el cas dels menús NO adaptats. És per això que han de servir de guia orientativa per a una posterior adaptació a la pròpia llar, ja sigui en gustos i costums, com en al·lèrgies i/o intoleràncies.



Menú elaborat per:
Montserrat Garcia i Buxelo
(Cap de Qualitat, Medi Ambient i Dietètica d'ISS)
Núm. de col·legiada **CAT000540**

FRUITA DE TEMPORADA:
albercoc, pruna, préssec, meló, nectarina, pera i síndria.



Especificacions d'aquest menú

ALLARGA LA VIDA D'AQUEST PAPER



Comença per retallar un quadrat i seguint les instruccions podràs crear el teu propi gat d'origami.



Aquest menú pot contenir aliments al·lèrgens per aquells infants que presenten al·lèrgies i/o intoleràncies alimentàries



Idees per un sopar en família, a sota de cada menú proposat (caselles en blau)



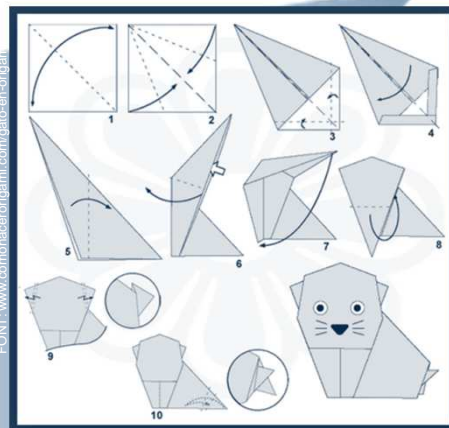
Servei de pa natural amb cada menú



Els àpats són elaborats diàriament a la cuina de l'Escola per l'equip de cuina



Servei d'aigua mineral natural envasada amb cada menú



Comença per retallar un quadrat



Tipus de menú. Menú Basal

Contingut en al·lèrgens (conté o pot contenir).
Gluten, crustacis, ous, peix, cacauets, soja, llet o lactosa, fruita de closca, api, mostassa, sèsam, sulfits, tramussos i/o mol·luscs

EDUQUEM amb tu



Eduquem amb tu, és la fórmula d'ISS present en els centres educatius que gestiona de la mà dels Equips Directius i Associacions de Mares i Pares, per tal de donar solucions de manera integral al conjunt de la Comunitat Educativa.

Aquest servei és el resultat de més de **25 anys d'experiència** en la organització i desenvolupament de serveis de cuina, alimentació i atenció educativa en l'entorn escolar, fruit d'una clara vocació i del coneixement de l'àmbit escolar, l'alimentació per a infants i la seva atenció educativa, per part de tots els diferents equips de professionals del Grup ISS. Escoles Bressols, Escoles d'Educació Infantil i Primària, Instituts d'Educació Secundària, Escoles d'Educació Especial,... **Més d'un centenar de centres avalen a Catalunya, la nostra tasca diària.**

Disposem de diferents **línies de servei** amb capacitat per oferir solucions de restauració i educació que ens permeti donar cobertura i garantia de tot el procés productiu, logístic i operatiu.

Especialistes en Alimentació i Lleure Educatiu

Satisfacció i Qualitat com a objectius claus dels nostres serveis

- **COMPROMÍS.** Treballem per conèixer les necessitats dels nostres clients i participem dels seus projectes.
- **ADAPTACIÓ.** Adaptem els nostres serveis a les necessitats de cada Centre.
- **PARTICIPACIÓ.** Disseny dels nostres serveis i activitats tenint en compte a tots els membres de la Comunitat Educativa.
- **RESPONSABILITAT.** Compartim la tasca de formar els infants en l'espai interlectiu escolar per tal que adquireixin el coneixement dels aliments i de les seves qualitats nutricionals, com també l'adquisició d'hàbits alimentaris, de consum, de sostenibilitat i de comportaments higiènics i saludables. Promovem la sociabilitat, la comunicació, el joc i les activitats entre els nens i nenes per a que gaudeixin d'un aprenentatge social, de relació, de convivència i participació.
- **INTEGRACIÓ.** Vocació d'integrar-nos en les diferents estructures dels nostres clients, convertint-nos en part del seu equip i avançant-nos a les seves necessitats.
- **PROXIMITAT.** Seguiment exhaustiu dels diferents serveis oferts per tal de buscar la solució més adequada i així poder oferir una tipologia de serveis a mida per a cada client.
- **QUALITAT.** Som la primera empresa de serveis amb un sistema de gestió integral certificat en:
 - Gestió de la Qualitat segons norma UNE-EN-ISO 9001:2008
 - Gestió Ambiental segons norma UNE-EN-ISO 14001:2004
 - Responsabilitat Social segons norma SA 8000 :2008
 - Gestió Integrada en PRL

