

Escola Taula Rodona

Gener 2018

Menú basal



1 GLUTEN					2 CRUSTACEIS					3 OVI					4 PEIX					5 CACALET					6 SOJA					7 LACTOSA					8 DE ZEBRA					9 API					10 MOSTASSA					11 SESAM					12 SULFIT					13 FRAMUS					14 MOL·LUSC					AL·LÈRGENS																																																																																																																																	
Dilluns 8																				Dimarts 9																				Dimecres 10																				Dijous 11																				Divendres 12																																																																																																																							
Macarrons a la napolitana 1																				Cigrons estofats amb verdures 12																				Escudella barrejada 1, 9, 12																				Paella mixta 2, 9, 14																				Coliflor amb patates 12																																																																																																																							
Truita francesa 3																				Calamars a l'andalusa 1, 14																				Carn d'olla (verdura, pilota i pollastre) 3, 12																				Lluç amb verdures al forn 4, 12																				Botifarra esparracada amb xampinyons 6, 12																																																																																																																							
Amanida de pastanaga, olives i blat de moro 12																				Amanida d'enciam i brots de soja 6, 12																				Amanida d'enciam i cogombre 12																				Amanida d'enciam i olives 12																				*** -																																																																																																																							
Pinya en el seu suc -																				Postres làcties 7																				Fruita de temporada -																				Fruita de temporada -																				Fruita de temporada -																																																																																																																							
E Kcal 799,69					HC g 88,38					PROT g 30,7					LIP g 35,93					E Kcal 765,65					HC g 84,39					PROT g 38,33					LIP g 30,53					E Kcal 831,83					HC g 77,82					PROT g 42,59					LIP g 38,91					E Kcal 772,35					HC g 98,95					PROT g 34,49					LIP g 26,51					E Kcal 730,83					HC g 75,84					PROT g 25,62					LIP g 36,11																																																																																																								
Arròs																				Patata																				Crema																				Pasta																				Vegetals																				Especial divendres																																																																																																			
Porc																				Peix																				Ou																				Vegetals																				Vegetals																				Vegetals																				Vegetals																																																																															
Fruita																				Lacti																				Fruita																				Lacti																				Lacti																				Lacti																				Lacti																				Lacti																																																											
Dilluns 15																				Dimarts 16																				Dimecres 17																				Dijous 18																				Divendres 19																																																																																																																							
Llenties amb verdures 12																				Crema de porros amb rostes 1, 12																				Arròs amb salsa de verdures 9																				Sopa de verdures amb pasta 1, 3, 9																				Patates guisades amb verdures 12																																																																																																																							
Truita de pernil cuit 3																				Fideuà de peix i sípia 1, 2, 4, 9, 14																				Llom a la italiana 7																				Hamburguesa de vedella a la planxa 6, 12																				Bacallà a la musselina d'all 1, 3, 4, 6																																																																																																																							
Amanida d'enciam i tomàquet 12																				Amanida d'enciam i olives 12																				Amanida d'enciam i poma 12																				Patates fregides 12																				Amanida d'enciam i blat de moro 12																																																																																																																							
Postres làcties 7																				Fruita de temporada -																				Fruita de temporada -																				Fruita de temporada -																				Fruita de temporada -																																																																																																																							
E Kcal 801,62					HC g 77,11					PROT g 42,43					LIP g 35,94					E Kcal 834,84					HC g 121,81					PROT g 25,61					LIP g 27,24					E Kcal 870,25					HC g 101,25					PROT g 40,42					LIP g 33,73					E Kcal 744,74					HC g 74,73					PROT g 26,16					LIP g 37,91					E Kcal 740,13					HC g 88,16					PROT g 32,77					LIP g 28,49																																																																																																								
Arròs																				Pasta																				Patata																				Vegetals																				Vegetals																				Especial divendres																																																																																																			
Vegetals																				Lacti																				Peix																				Lacti																				Lacti																				Lacti																				Lacti																				Lacti																																																											
Fruita																				Fruita																				Fruita																				Lacti																				Lacti																				Lacti																				Lacti																				Lacti																				Lacti																																							
Dilluns 22																				Dimarts 23																				Dimecres 24																				Dijous 25																				Divendres 26																																																																																																																							
Mongeta tendra amb patata i pastanaga 12																				Arròs tres delícies casolà 3																				Espirals a la crema de xampinyons 1, 7																				Mongetes blanques amb verdures 12																				Sopa de rap amb fideus 1, 4, 9																																																																																																																							
Ous remenats amb tomàquet i pernil 3																				Pollastre al forn amb poma i carbassó 12																				Salmó amb verdures a la papillote 4, 12																				Magra de porc amb salsa de tomàquet -																				Vedella empanada 1, 3																																																																																																																							
Amanida d'enciam i cogombre 12																				Amanida d'enciam i pastanaga 12																				Amanida d'enciam i olives 12																				*** -																				Amanida d'enciam i blat de moro 12																																																																																																																							
Postres làcties 7																				Fruita de temporada -																				Fruita de temporada -																				Fruita de temporada -																				Fruita de temporada -																																																																																																																							
E Kcal 751,83					HC g 77,72					PROT g 31,33					LIP g 35,07					E Kcal 839,82					HC g 99,6					PROT g 38,67					LIP g 31,86					E Kcal 849,36					HC g 88,87					PROT g 34,46					LIP g 39,56					E Kcal 740,4					HC g 89,29					PROT g 40,1					LIP g 24,76					E Kcal 641,82					HC g 66,72					PROT g 28,53					LIP g 28,98																																																																																																								
Pasta																				Sopa																				Vegetals																				Patata																				Especial divendres																																																																																																																							
Peix																				Vegetals																				Formatge fresc																				Lacti																				Lacti																				Lacti																				Lacti																				Lacti																				Lacti																																							
Fruita																				Fruita																				Lacti																				Fruita																				Lacti																				Lacti																				Lacti																				Lacti																				Lacti																				Lacti																			
Dilluns 29																				Dimarts 30																				Dimecres 31																				Montserrat Garcia i Buxelo (Cap de Qualitat, Medi Ambient i Dietètica d'ISS) Núm. de col·legiada CAT000540 ISS FACILITY SERVICES C. Jesús Serra Santamans, 7 08174 SANT CUGAT DEL VALLES (Barcelona)																																																																																																																																											
Minestra de verdura 12																				Arròs a banda 4, 9, 14																				Espirals amb verdures de temporada i formatge 1, 7																																																																																																																																																															
Gall dindi estofat amb xampinyons 12																				Llom amb salsa de poma 12																				Lluç al forn amb pèsols -																																																																																																																																																															
Amanida d'enciam i pastanaga 12																				Amanida d'enciam i olives 12																				*** -																																																																																																																																																															
Postres làcties 7																				Fruita de temporada -																				Fruita de temporada -																																																																																																																																																															
E Kcal 777,86					HC g 89,52					PROT g 44,69					LIP g 26,78					E Kcal 787,95					HC g 98,22					PROT g 33,9					LIP g 28,83					E Kcal 527,79					HC g 84,2					PROT g 15,28					LIP g 14,43																																																																																																																																																
Sopa																				Crema																				Vegetals																				Vegetals																																																																																																																																											
Peix																				Ou																				Lacti																				Lacti																				Lacti																				Lacti																				Lacti																				Lacti																																																											
Fruita																				Lacti																				Fruita																				Lacti																				Lacti																				Lacti																				Lacti																				Lacti																				Lacti																																							

Tel. 902 266 366 | info@es.issworld.com