

Menú Basal



dilluns, 1 febrer	dimarts, 2 febrer	dimecres, 3 febrer	dijous, 4 febrer	divendres, 5 febrer
Macarrons integrals amb sofregit de verdures Gluten	Cigrons estofats amb verdures Sulfits	Crema de porros amb rostos Gluten, Sulfits	Saltejat de mongeta tendra amb patata i pastanaga Sulfits	Arròs saltejat amb xampinyons Llet
Salmó al forn amb salsa de mostassa Peix, Sulfits, Mostassa	Truita de tonyina Oü, Peix	Calamars a la romana Gluten, Oü, Peix, Llet	Llenties amb verdures Sulfits	Pollastre a la italiana Llet
***	Amanida d'enciam i pastanaga Sulfits	Amanida d'enciam i blat de moro Sulfits	***	Amanida d'enciam i olives Sulfits
Pa Fruita de temporada Gluten	Pa integral Postres làctics Llet	Pa Fruita de temporada Gluten	Pa integral Fruita de temporada Gluten	Pa Fruita de temporada Gluten
E kcal HC g PROT g LIP g 835,63 93,92 37,43 34,47	E kcal HC g PROT g LIP g 811,26 71,18 41,23 40,18	E kcal HC g PROT g LIP g 708,22 88,76 30,11 25,86	E kcal HC g PROT g LIP g 694,01 104,85 25,7 19,09	E kcal HC g PROT g LIP g 902,28 96,04 40,97 39,36
Amanida Llegum Fruita	Hortalissa i patata Au Fruita	Sopa d'arròs Peix amb amanida Fruita	Crema de verdures Oü Fruita	Hortalisses Llegum Fruita

dilluns, 8 febrer	dimarts, 9 febrer	dimecres, 10 febrer	dijous, 11 febrer	divendres, 12 febrer
Saltejat de coliflor amb all Sulfits	Espirals amb verdures de temporada i formatge Gluten, Llet	Mongetes blanques saltades amb all i julivert -	Arròs integral amb salsa de tomàquet -	Crema de pèsols i carbassó Sulfits
Llenties amb arròs i verdures -	Truita francesa Oü	Bacallà al forn amb samfaina Peix	Pollastre amb salsa de llimona -	Truita de formatge Oü, Llet
***	Amanida d'enciam i cogombre Sulfits	***	***	Amanida d'enciam i tomàquet Sulfits
Pa Fruita de temporada Gluten	Pa integral Fruita de temporada -	Pa Fruita de temporada -	Pa integral Fruita de temporada Gluten	Pa Postres làctics Llet
E kcal HC g PROT g LIP g 709,54 112,92 22,39 18,7	E kcal HC g PROT g LIP g 786,4 80,37 31,36 37,72	E kcal HC g PROT g LIP g 577,33 60,15 34,3 22,17	E kcal HC g PROT g LIP g 766,05 100,27 35,78 24,65	E kcal HC g PROT g LIP g 814,03 75,04 37,41 40,47
Hortalissa i patata Au Fruita	Amanida Llegum Fruita	Hortalissa i patata Oü Lacti	Crema de verdures Au Fruita	Sopa Peix amb amanida Fruita

dilluns, 15 febrer	dimarts, 16 febrer	dimecres, 17 febrer	dijous, 18 febrer	divendres, 19 febrer
FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Cigrons amb espinacs i carbassa Sulfits	Arròs amb verdures Api	Pèsols amb gall dindi -	Minestra de verdura Sulfits
	Ous remenats amb tomàquet i formatge Oü, Llet	Hamburgueses de pollastre a la planxa Sulfits	Lluç empanat Gluten, Oü, Peix	Gall dindi estofat amb verdures Sulfits
	Amanida d'enciam i pastanaga Sulfits	Amanida d'enciam i tomàquet Sulfits	Amanida d'enciam i cogombre Sulfits	Amanida d'enciam i olives Sulfits
	Pa integral Postres làctics Llet	Pa Fruita de temporada -	Pa integral Fruita de temporada -	Pa Fruita de temporada -
	E kcal HC g PROT g LIP g 816,78 73,29 38,52 41,06	E kcal HC g PROT g LIP g 715,34 96,59 34,95 21,02	E kcal HC g PROT g LIP g 646,31 73,46 35,85 23,23	E kcal HC g PROT g LIP g 748,09 87,88 40,98 25,85
	Crema de verdures Au Fruita	Amanida Llegum Fruita	Hortalissa i patata Oü Fruita	Hortalisses Llegum Fruita

dilluns, 22 febrer	dimarts, 23 febrer	dimecres, 24 febrer	dijous, 25 febrer	divendres, 26 febrer
Sopa de pollastre amb pasta Gluten, Api	Llenties amb verdures Sulfits	Amanida completa d'enciam, blat de moro, olives i pastanaga Sulfits	Saltat de verdures Sulfits	Crema de porros amb rostos Gluten, Sulfits
Llimanda al forn amb ceba i tomàquet Peix, Sulfits	Pollastre al forn Sulfits	Paella d'arròs integral de pollastre Api	Cigrons estofats amb verdures Sulfits	Rap a la marinera Peix, Sulfits
***	Carbassó arrebossat Gluten	***	***	***
Pa Fruita de temporada Gluten	Pa integral Fruita de temporada -	Pa Postres làctics Llet	Pa integral Fruita de temporada Gluten	Pa Fruita de temporada Gluten
E kcal HC g PROT g LIP g 575,11 72,58 31,08 17,83	E kcal HC g PROT g LIP g 891,91 92,17 44,79 38,23	E kcal HC g PROT g LIP g 841,28 99,14 24,33 38,6	E kcal HC g PROT g LIP g 724,57 106,57 25,32 21,89	E kcal HC g PROT g LIP g 721,35 86,42 38,59 24,59
Sopa de pasta Oü amb amanida Fruita	Hortalisses Llegum Fruita	Hortalissa i patata Peix amb amanida Fruita	Crema de verdures Oü Fruita	Amanida Llegum Fruita

MENÚS ELABORATS PER: Mònica Esteve Graner
Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica
Departament de Qualitat i Medi Ambient

Pots trucar-nos al 900 811 600

ISS FACILITY SERVICES Catalunya
C. Lluís Muntadas, 5
08940 Cornellà de Llobregat, Barcelona
Tel. 935 903 060
Fax. 936 343 154

Escriure'ns un e-c-lec a contacto@iss.es

1 GLUTEN	2 CRUSTACIS	3 OÜ	4 PEIX	5 CACAHUET	6 SOJA	7 LLET	8 FRUITS DE CLOSCA	9 API	10 MOSTASSA	11 SÈSAM	12 SULFIT	13 TRAMUSSOS	14 MOL-LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEOS	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTOS DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÈSAMO	SULFITOS	ALTRAMUCES	MOL-LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEANS	EGG	FISH	PENAUT	SOYA	MILK	NUTS	CELERY	MUSTARD	SÈSAM	SULPHITES	LUPINS	MOLLUSCS

Menú Basal sense carn



Al·lèrgens PRESENTS en aquest menú



dilluns, 1 febrer	dimarts, 2 febrer	dimecres, 3 febrer	dijous, 4 febrer	divendres, 5 febrer
<p>Macarrons integrals amb sofregit de verdures</p> <p>Salmó al forn amb salsa de mostassa</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>835,63 93,92 37,43 34,47</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>	<p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Truita de tonyina</p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Pa integral</p> <p>Postres làctics</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>811,26 71,18 41,23 40,18</p> <p>Hortalissa i patata Ou Fruita</p>	<p>Crema de porros amb rostos</p> <p>Calamars a la romana</p> <p>Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>708,22 88,76 30,11 25,86</p> <p>Sopa d'arròs Peix amb amanida Fruita</p>	<p>Saltejat de mongeta tendra amb patata i pastanaga</p> <p>Llenties amb verdures</p> <p>***</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>694,01 104,85 25,7 19,09</p> <p>Crema de verdures Ou Fruita</p>	<p>Arròs saltejat amb xampinyons</p> <p>Truita francesa</p> <p>Amanida d'enciam i olives</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>792,41 90,77 26,49 35,93</p> <p>Hortalisses Llegum Fruita</p>

dilluns, 8 febrer	dimarts, 9 febrer	dimecres, 10 febrer	dijous, 11 febrer	divendres, 12 febrer
<p>Saltejat de coliflor amb all</p> <p>Llenties amb arròs i verdures</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>709,54 112,92 22,39 18,7</p> <p>Hortalissa i patata Formatge Fruita</p>	<p>Espirals amb verdures de temporada i formatge</p> <p>Truita francesa</p> <p>Amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>786,4 80,37 31,36 37,72</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>	<p>Mongetes blanques saltades amb all i julivert</p> <p>Bacallà al forn amb samfaina</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>577,33 60,15 34,3 22,17</p> <p>Hortalissa i patata Ou Lacti</p>	<p>Arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Formatge fresc</p> <p>Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>772,26 97,05 25,23 31,46</p> <p>Crema de verdures Llegum Fruita</p>	<p>Crema de pèsols i carbassó</p> <p>Truita de formatge</p> <p>Amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Pa</p> <p>Postres làctics</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>814,03 75,04 37,41 40,47</p> <p>Sopa Peix amb amanida Fruita</p>

dilluns, 15 febrer	dimarts, 16 febrer	dimecres, 17 febrer	dijous, 18 febrer	divendres, 19 febrer
<p>FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ</p>	<p>Cigrons amb espinacs i carbassa</p> <p>Ous remenats amb tomàquet i formatge</p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Pa integral</p> <p>Postres làctics</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>816,78 73,29 38,52 41,06</p> <p>Crema de verdures Formatge Fruita</p>	<p>Arròs amb verdures</p> <p>Truita de formatge</p> <p>Amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>833,51 95,59 31,45 36,15</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>	<p>Pèsols saltejats amb ceba</p> <p>Lluç empanat</p> <p>Amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>695,26 75,66 35,11 28,02</p> <p>Hortalissa i patata Ou Fruita</p>	<p>Minestra de verdura</p> <p>Truita francesa</p> <p>Amanida d'enciam i olives</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>720,14 76,07 27,78 33,86</p> <p>Hortalisses Llegum Fruita</p>

dilluns, 22 febrer	dimarts, 23 febrer	dimecres, 24 febrer	dijous, 25 febrer	divendres, 26 febrer
<p>Sopa de pasta amb brou vegetal</p> <p>Llimanda al forn amb ceba i tomàquet</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>541,69 72,58 26,55 16,13</p> <p>Sopa de pasta Ou amb amanida Fruita</p>	<p>Crema de verdures amb rostos</p> <p>Llenties amb verdures</p> <p>***</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>709,8 107,05 26,75 19,4</p> <p>Hortalisses Llegum Fruita</p>	<p>Amanida completa d'enciam, blat de moro, olives i pastanaga</p> <p>Lluç al forn amb ceba, tomàquet i patates</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Postres làctics</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>677,81 53,4 29,63 38,41</p> <p>Hortalissa i patata Ou Fruita</p>	<p>Saltat de verdures</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>***</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>724,57 106,57 25,32 21,89</p> <p>Crema de verdures Peix amb amanida Fruita</p>	<p>Crema de porros amb rostos</p> <p>Rap a la marinera</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>721,35 86,42 38,59 24,59</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>

MENÚS ELABORATS PER:
Mònica Esteve Graner
Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica
Departament de Qualitat i Medi Ambient

Pots trucar-nos al **900 811 600**

Escriure'ns un e-clec a contacto@iss.es

ISS FACILITY SERVICES Catalunya
C. Lluís Muntadas, 5
08940 Cornellà de Llobregat, Barcelona
Tel. 935 903 060
Fax. 936 343 154

1
GLUTEN

2
CRUSTACIS

3
OU

4
PEIX

5
CACAUET

6
SOJA

7
LLET

8
FRUITS DE GLIBOSCA

9
API

10
MOSTASSA

11
SÈSAM

12
SULFIT

13
TRAMUSSOS

14
MOL·LUSCS

Menú Basal sense llegum



Al·lèrgens PRESENTS en aquest menú



dilluns, 1 febrer	dimecres, 3 febrer	dijous, 4 febrer	divendres, 5 febrer
<p>Macarrons integrals amb sofregit de verdures</p> <p>Salmó al forn amb salsa de mostassa</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Crema de porros amb rostos</p> <p>Calamars a la romana</p> <p>Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Saltejat de mongeta tendra amb patata i pastanaga</p> <p>Truita francesa</p> <p>***</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Arròs saltejat amb xampinyons</p> <p>Pollastre a la italiana</p> <p>Amanida d'enciam i olives</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>835,63 93,92 37,43 34,47</p> <p>Amanida Au amb patata Fruita</p>	<p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>708,22 88,76 30,11 25,86</p> <p>Sopa d'arròs Ou amb amanida Fruita</p>	<p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>626,41 68,86 25,26 27,77</p> <p>Crema de verdures Au Fruita</p>	<p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>902,28 96,04 40,97 39,36</p> <p>Hortalissa i patata Ou Fruita</p>

dilluns, 8 febrer	dimecres, 10 febrer	dijous, 11 febrer	divendres, 12 febrer
<p>Saltejat de coliflor amb all</p> <p>Truita francesa</p> <p>Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Crema de carbassó amb rostos</p> <p>Bacallà al forn amb samfaina</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Pollastre amb salsa de llimona</p> <p>***</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Crema de verdures amb rostos</p> <p>Truita de formatge</p> <p>Amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Pa</p> <p>Postres làcties</p>
<p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>702,11 76,24 26,14 32,51</p> <p>Hortalissa i patata Au Fruita</p>	<p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>682,69 85,82 31,64 23,65</p> <p>Sopa d'arròs i verdures Ou Lacti</p>	<p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>766,05 100,27 35,78 24,65</p> <p>Crema de verdures Au Fruita</p>	<p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>812,34 76,4 35,2 40,66</p> <p>Sopa Peix amb amanida Fruita</p>

dilluns, 15 febrer	dimecres, 17 febrer	dijous, 18 febrer	divendres, 19 febrer
<p>FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ</p>	<p>Arròs amb verdures</p> <p>Hamburgueses de pollastre a la planxa</p> <p>Amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Crema de verdures amb rostos</p> <p>Lluç empanat</p> <p>Amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Minestra de verdura</p> <p>Gall dindi estofat amb verdures</p> <p>Amanida d'enciam i olives</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>715,34 96,59 34,95 21,02</p> <p>Hortalissa i patata Peix Fruita</p>	<p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>693,57 77,02 32,9 28,21</p> <p>Sopa Ou amb amanida Fruita</p>	<p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>748,09 87,88 40,98 25,85</p> <p>Hortalissa i patata Ou Fruita</p>

dilluns, 22 febrer	dimecres, 24 febrer	dijous, 25 febrer	divendres, 26 febrer
<p>Sopa de pollastre amb pasta</p> <p>Llimanda al forn amb ceba i tomàquet</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Amanida completa d'enciam, blat de moro, olives i pastanaga</p> <p>Paella d'arròs integral de pollastre</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Postres làcties</p>	<p>Saltat de verdures</p> <p>Truita francesa</p> <p>***</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Crema de porros amb rostos</p> <p>Rap a la marinera</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>575,11 72,58 31,08 17,83</p> <p>Amanida Au amb patata Fruita</p>	<p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>841,28 99,14 24,33 38,6</p> <p>Sopa d'arròs Ou amb amanida Fruita</p>	<p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>642,76 70,26 27,7 27,88</p> <p>Crema de verdures Au Fruita</p>	<p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>721,35 86,42 38,59 24,59</p> <p>Hortalissa i patata Ou Fruita</p>

MENÚS ELABORATS PER:
Mònica Esteve Graner
Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica
Departament de Qualitat i Medi Ambient

Pots trucar-nos al
900 811 600

Escriure's un e-cleca
contacto@iss.es

ISS FACILITY SERVICES Catalunya
C. Lluís Muntadas, 5
08940 Cornellà de Llobregat, Barcelona
Tel. 935 903 060
Fax. 936 343 154

1 GLUTEN	2 CRUSTACIS	3 OU	4 PEIX	5 CACAUET	6 SOJA	7 LLET	8 FRUITS DE CÀSCARA	9 API	10 MOSTASSA	11 SÈSAM	12 SULFIT	13 ALTRAMUSSOS	14 MOL·LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEOS	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTOS DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÈSAMO	SULFITOS	ALTRAMUCES	MOL·LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEANS	EGG	FISH	PENAUT	SOYA	MILK	NUTS	CELERY	MUSTARD	SÈSAM	SULPHITES	LUPINS	MOLLUSCS

Menú Basal sense fruita seca i fruita de un sol ós



i fruita de un sol ós

dilluns, 1 febrer	dimarts, 2 febrer	dimecres, 3 febrer	dijous, 4 febrer	divendres, 5 febrer
Macarrons integrals amb sofregit de verdures Gluten	Cigrons estofats amb verdures Sulfits	Crema de porros amb rostos Gluten, Sulfits	Saltejat de mongeta tendra amb patata i pastanaga Sulfits	Arròs saltejat amb xampinyons Llet
Salmó al forn amb salsa de mostassa Peix, Sulfits, Mostassa	Truita de tonyina Ou, Peix	Calamars a la romana Gluten, Ou, Peix, Llet	Llenties amb verdures Sulfits	Pollastre a la italiana Llet
***	Amanida d'enciam i pastanaga Sulfits	Amanida d'enciam i blat de moro Sulfits	***	Amanida d'enciam i olives Sulfits
Pa Fruita de temporada No de un ós Gluten	Pa integral Postres làctics Gluten, Llet	Pa Fruita de temporada No de un ós Gluten	Pa integral Fruita de temporada No de un ós Gluten	Pa Fruita de temporada No de un ós Gluten
E kcal HC g PROT g LIP g 835,63 93,92 37,43 34,47	E kcal HC g PROT g LIP g 811,26 71,18 41,23 40,18	E kcal HC g PROT g LIP g 708,22 88,76 30,11 25,86	E kcal HC g PROT g LIP g 694,01 104,85 25,7 19,09	E kcal HC g PROT g LIP g 902,28 96,04 40,97 39,36
Amanida Llegum Fruita	Hortalissa i patata Au Fruita	Sopa d'arròs Peix amb amanida Fruita	Crema de verdures Ou Fruita	Hortalisses Llegum Fruita
dilluns, 8 febrer	dimarts, 9 febrer	dimecres, 10 febrer	dijous, 11 febrer	divendres, 12 febrer
Saltejat de coliflor amb all Sulfits	Espirals amb verdures de temporada i formatge Gluten, Llet	Mongetes blanques saltades amb all i julivert -	Arròs integral amb salsa de tomàquet -	Crema de pèsols i carbassó Sulfits
Llenties amb arròs i verdures -	Llom amb salsa de poma Sulfits	Bacallà al forn amb samfaina Peix	Pollastre amb salsa de llimona -	Truita de formatge Ou, Llet
***	Amanida d'enciam i cogombre Sulfits	***	***	Amanida d'enciam i tomàquet Sulfits
Pa Fruita de temporada No de un ós Gluten	Pa integral Fruita de temporada No de un ós Gluten	Pa Fruita de temporada No de un ós Gluten	Pa integral Fruita de temporada No de un ós Gluten	Pa Postres làctics Llet
E kcal HC g PROT g LIP g 709,54 112,92 22,39 18,7	E kcal HC g PROT g LIP g 808,13 90,17 39,39 32,21	E kcal HC g PROT g LIP g 577,33 60,15 34,3 22,17	E kcal HC g PROT g LIP g 766,05 100,27 35,78 24,65	E kcal HC g PROT g LIP g 814,03 75,04 37,41 40,47
Hortalissa i patata Au Fruita	Amanida Llegum Fruita	Hortalissa i patata Ou Lacti	Crema de verdures Au Fruita	Sopa Peix amb amanida Fruita
dilluns, 15 febrer	dimarts, 16 febrer	dimecres, 17 febrer	dijous, 18 febrer	divendres, 19 febrer
FESTA DE LLIBRE DISPOSICIÓ	Cigrons amb espinacs i carbassa Sulfits	Arròs amb verdures Api	Pèsols amb gall dindi -	Minestra de verdura Sulfits
	Ous remenats amb tomàquet i formatge Ou, Llet	Hamburgueses de pollastre a la planxa Sulfits	Lluç empanat Gluten, Ou, Peix	Gall dindi estofat amb verdures Sulfits
	Amanida d'enciam i pastanaga Sulfits	Amanida d'enciam i tomàquet Sulfits	Amanida d'enciam i cogombre Sulfits	Amanida d'enciam i olives Sulfits
	Pa integral Postres làctics Gluten, Llet	Pa Fruita de temporada No de un ós Gluten	Pa integral Fruita de temporada No de un ós Gluten	Pa Fruita de temporada No de un ós Gluten
	E kcal HC g PROT g LIP g 816,78 73,29 38,52 41,06	E kcal HC g PROT g LIP g 715,34 96,59 34,95 21,02	E kcal HC g PROT g LIP g 646,31 73,46 35,85 23,23	E kcal HC g PROT g LIP g 748,09 87,88 40,98 25,85
	Crema de verdures Au Fruita	Hortalissa i patata Llegum Fruita	Crema de verdures i pastanaga Ou Fruita	Hortalisses Llegum Fruita
dilluns, 22 febrer	dimarts, 23 febrer	dimecres, 24 febrer	dijous, 25 febrer	divendres, 26 febrer
Sopa de pollastre amb pasta Gluten, Api	Llenties amb verdures Sulfits	Amanida completa d'enciam, blat de moro, olives i pastanaga Sulfits	Saltat de verdures Sulfits	Crema de porros amb rostos Gluten, Sulfits
Llimanda al forn amb ceba i tomàquet Peix, Sulfits	Pollastre al forn Sulfits	Paella d'arròs integral de pollastre Api	Cigrons estofats amb verdures Sulfits	Rap a la marinera Peix, Sulfits
***	Carbassó arrebossat Gluten	***	***	***
Pa Fruita de temporada No de un ós Gluten	Pa integral Fruita de temporada No de un ós Gluten	Pa Postres làctics Gluten, Llet	Pa integral Fruita de temporada No de un ós Gluten	Pa Fruita de temporada No de un ós Gluten
E kcal HC g PROT g LIP g 575,11 72,58 31,08 17,83	E kcal HC g PROT g LIP g 891,91 92,17 44,79 38,23	E kcal HC g PROT g LIP g 841,28 99,14 24,33 38,6	E kcal HC g PROT g LIP g 724,57 106,57 25,32 21,89	E kcal HC g PROT g LIP g 721,35 86,42 38,59 24,59
Sopa de peix Ou amb amanida Fruita	Hortalisses Llegum Fruita	Hortalissa i patata Peix amb amanida Fruita	Crema de verdures Ou Fruita	Amanida Llegum Fruita

MENÚS ELABORATS PER: **Mònica Esteve Graner**
Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica
Departament de Qualitat i Medi Ambient

Pots trucar-nos al **900 811 600**

Escriure'ns un e-clec a **contacto@iss.es**

ISS FACILITY SERVICES Catalunya
C. Lluís Muntadas, 5
08940 Cornellà de Llobregat, Barcelona
Tel. 935 903 060
Fax. 936 343 154

1 GLUTEN	2 CRUSTACIS	3 OU	4 PEIX	5 CACAUET	6 SOJA	7 LLET	8 FRUITS DE GLOSÇA	9 API	10 MOSTASSA	11 SÈSAM	12 SULFIT	13 TRAMUSSOS	14 MOL·LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEOS	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTOS DE CASCARA	APIO	MOSTAZA	SÈSAMO	SULFITOS	ALTRAMUCES	MOL·LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEANS	EGG	FISH	PENAUT	SOYA	MILK	NUTS	CELERY	MUSTARD	SÈSAM	SULPHITES	LUPINS	MOLLUSCS

Menú Basal sense fruita seca



Al·lèrgens PRESENTS en aquest menú



dilluns, 1 febrer	dimarts, 2 febrer	dimecres, 3 febrer	dijous, 4 febrer	divendres, 5 febrer
Macarrons integrals amb sofregit de verdures Gluten	Cigrons estofats amb verdures Sulfits	Crema de porros amb rostos Gluten, Sulfits	Saltejat de mongeta tendra amb patata i pastanaga Sulfits	Arròs saltejat amb xampinyons Llet
Salmó al forn amb salsa de mostassa Peix, Sulfits, Mostassa	Truita de tonyina Ou, Peix	Calamars a la romana Gluten, Ou, Peix, Llet	Llenties amb verdures Sulfits	Pollastre a la italiana Llet
***	Amanida d'enciam i pastanaga Sulfits	Amanida d'enciam i blat de moro Sulfits	***	Amanida d'enciam i olives Sulfits
Pa Gluten	Pa integral Gluten	Pa Gluten	Pa integral Gluten	Pa Gluten
Fruita de temporada Llet	Postres làctics Llet	Fruita de temporada Llet	Fruita de temporada Llet	Fruita de temporada Llet
E kcal HC g PROT g LIP g 835,63 93,92 37,43 34,47	E kcal HC g PROT g LIP g 811,26 71,18 41,23 40,18	E kcal HC g PROT g LIP g 708,22 88,76 30,11 25,86	E kcal HC g PROT g LIP g 694,01 104,85 25,7 19,09	E kcal HC g PROT g LIP g 902,28 96,04 40,97 39,36
Amanida Llegum Fruita	Hortalissa i patata Au Fruita	Sopa d'arròs Peix amb amanida Fruita	Crema de verdures Ou Fruita	Hortalisses Llegum Fruita

dilluns, 8 febrer	dimarts, 9 febrer	dimecres, 10 febrer	dijous, 11 febrer	divendres, 12 febrer
Saltejat de coliflor amb all Sulfits	Espirals amb verdures de temporada i formatge Gluten, Llet	Mongetes blanques saltades amb all i julivert Llet	Arròs integral amb salsa de tomàquet Llet	Crema de pèsols i carbassó Sulfits
Llenties amb arròs i verdures Llet	Llom amb salsa de poma Sulfits	Bacallà al forn amb samfaina Peix	Pollastre amb salsa de llimona Llet	Truita de formatge Ou, Llet
***	Amanida d'enciam i cogombre Sulfits	***	***	Amanida d'enciam i tomàquet Sulfits
Pa Gluten	Pa integral Gluten	Pa Gluten	Pa integral Gluten	Pa Gluten
Fruita de temporada Llet	Fruita de temporada Llet	Fruita de temporada Llet	Fruita de temporada Llet	Postres làctics Llet
E kcal HC g PROT g LIP g 709,54 112,92 22,39 18,7	E kcal HC g PROT g LIP g 808,13 90,17 39,39 32,21	E kcal HC g PROT g LIP g 577,33 60,15 34,3 22,17	E kcal HC g PROT g LIP g 766,05 100,27 35,78 24,65	E kcal HC g PROT g LIP g 814,03 75,04 37,41 40,47
Hortalissa i patata Au Fruita	Amanida Llegum Fruita	Hortalissa i patata Ou Lacti	Crema de verdures Au Fruita	Sopa Peix amb amanida Fruita

dilluns, 15 febrer	dimarts, 16 febrer	dimecres, 17 febrer	dijous, 18 febrer	divendres, 19 febrer
FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Cigrons amb espinacs i carbassa Sulfits	Arròs amb verdures Api	Pèsols amb gall dindi Llet	Minestra de verdura Sulfits
	Ous remenats amb tomàquet i formatge Ou, Llet	Hamburgueses de pollastre a la planxa Sulfits	Lluç empanat Gluten, Ou, Peix	Gall dindi estofat amb verdures Sulfits
	Amanida d'enciam i pastanaga Sulfits	Amanida d'enciam i tomàquet Sulfits	Amanida d'enciam i cogombre Sulfits	Amanida d'enciam i olives Sulfits
	Pa integral Gluten	Pa Gluten	Pa integral Gluten	Pa Gluten
	Postres làctics Llet	Fruita de temporada Llet	Fruita de temporada Llet	Fruita de temporada Llet
	E kcal HC g PROT g LIP g 816,78 73,29 38,52 41,06	E kcal HC g PROT g LIP g 715,34 96,59 34,95 21,02	E kcal HC g PROT g LIP g 646,31 73,46 35,85 23,23	E kcal HC g PROT g LIP g 748,09 87,88 40,98 25,85
	Crema de verdures Au Fruita	Amanida Llegum Fruita	Hortalissa i patata Ou Fruita	Hortalisses Llegum Fruita

dilluns, 22 febrer	dimarts, 23 febrer	dimecres, 24 febrer	dijous, 25 febrer	divendres, 26 febrer
Sopa de pollastre amb pasta Gluten, Api	Llenties amb verdures Sulfits	Amanida completa d'enciam, blat de moro, olives i pastanaga Sulfits	Saltat de verdures Sulfits	Crema de porros amb rostos Gluten, Sulfits
Llimanda al forn amb ceba i tomàquet Peix, Sulfits	Pollastre al forn Sulfits	Paella d'arròs integral de pollastre Api	Cigrons estofats amb verdures Sulfits	Rap a la marinera Peix, Sulfits
***	Carbassó arrebossat Gluten	***	***	***
Pa Gluten	Pa integral Gluten	Pa Gluten	Pa integral Gluten	Pa Gluten
Fruita de temporada Llet	Fruita de temporada Llet	Postres làctics Llet	Fruita de temporada Llet	Fruita de temporada Llet
E kcal HC g PROT g LIP g 575,11 72,58 31,08 17,83	E kcal HC g PROT g LIP g 891,91 92,17 44,79 38,23	E kcal HC g PROT g LIP g 841,28 99,14 24,33 38,6	E kcal HC g PROT g LIP g 724,57 106,57 25,32 21,89	E kcal HC g PROT g LIP g 721,35 86,42 38,59 24,59
Sopa de pasta Ou amb amanida Fruita	Hortalisses Llegum Fruita	Hortalissa i patata Peix amb amanida Fruita	Crema de verdures Ou Fruita	Amanida Llegum Fruita

MENÚS ELABORATS PER: Mònica Esteve Graner
Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica
Departament de Qualitat i Medi Ambient

Pots trucar-nos al 900 811 600

ISS FACILITY SERVICES Catalunya
C. Lluís Muntadas, 5
08940 Cornellà de Llobregat, Barcelona
Tel. 935 903 060
Fax. 936 343 154

Escriure'ns un e-clec a contacto@iss.es

1 GLUTEN	2 CRUSTACIS	3 OU	4 PEIX	5 CACAUEU	6 SOJA	7 LLET	8 FRUITS DE CLOSCA	9 API	10 MOSTASSA	11 SÈSAM	12 SULFITS	13 TRAMUSSOS	14 MOL·LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEOS	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTOS DE CASCAPA	APIO	MOSTAZA	SÈSAMO	SULFITOS	ALTRAMUCES	MOL·LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEANS	EGG	FISH	PENAUT	SOYA	MILK	NUTS	CELERY	MUSTARD	SÈSAM	SULPHITES	LUPINS	MOLLUSCS

Menú Basal sense ou



dilluns, 1 febrer	dimecres, 3 febrer	dijous, 4 febrer	divendres, 5 febrer	
<p>Macarrons integrals amb sofregit de verdures</p> <p>Salmó al forn amb salsa de mostassa</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E_{kcal} 835,63 HC_g 93,92 PROT_g 37,43 LIP_g 34,47</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>	<p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Llom a la planxa</p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Pa integral</p> <p>Postres làctics</p> <p>E_{kcal} 732,94 HC_g 71,18 PROT_g 43,43 LIP_g 30,5</p> <p>Sopa d'arròs Peix amb amanida Fruita</p>	<p>Crema de porros amb rostos</p> <p>Lluç amb verdures al forn</p> <p>Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E_{kcal} 714,93 HC_g 90,93 PROT_g 30,9 LIP_g 25,29</p> <p>Hortalissa i patata Au Fruita</p>	<p>Saltejat de mongeta tendra amb patata i pastanaga</p> <p>Llenties amb verdures</p> <p>***</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E_{kcal} 694,01 HC_g 104,85 PROT_g 25,7 LIP_g 19,09</p> <p>Crema de verdures Peix Fruita</p>	<p>Arròs saltejat amb xampinyons</p> <p>Pollastre a la italiana</p> <p>Amanida d'enciam i olives</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E_{kcal} 902,28 HC_g 96,04 PROT_g 40,97 LIP_g 39,36</p> <p>Hortalisses Llegum Fruita</p>
dilluns, 8 febrer	dimecres, 10 febrer	dijous, 11 febrer	divendres, 12 febrer	
<p>Saltejat de coliflor amb all</p> <p>Llenties amb arròs i verdures</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E_{kcal} 709,54 HC_g 112,92 PROT_g 22,39 LIP_g 18,7</p> <p>Hortalissa i patata Peix Fruita</p>	<p>Espirals amb verdures de temporada i formatge</p> <p>Llom amb salsa de poma</p> <p>Amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E_{kcal} 808,13 HC_g 90,17 PROT_g 39,39 LIP_g 32,21</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>	<p>Mongetes blanques saltades amb all i julivert</p> <p>Bacallà al forn amb samfaina</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E_{kcal} 577,33 HC_g 60,15 PROT_g 34,3 LIP_g 22,17</p> <p>Hortalissa i patata Au Lacti</p>	<p>Arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Pollastre amb salsa de llimona</p> <p>***</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E_{kcal} 766,05 HC_g 100,27 PROT_g 35,78 LIP_g 24,65</p> <p>Crema de verdures Porc Fruita</p>	<p>Crema de pèsols i carbassó</p> <p>Lluç amb verdures al forn</p> <p>Amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Pa</p> <p>Postres làctics</p> <p>E_{kcal} 734,51 HC_g 86,03 PROT_g 36,78 LIP_g 27,03</p> <p>Sopa Peix amb amanida Fruita</p>
dilluns, 15 febrer	dimecres, 17 febrer	dijous, 18 febrer	divendres, 19 febrer	
<p>FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ</p>	<p>Cigrons amb espinacs i carbassa</p> <p>Lluç amb verdures al forn</p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Pa integral</p> <p>Postres làctics</p> <p>E_{kcal} 766,1 HC_g 82,17 PROT_g 40,82 LIP_g 30,46</p> <p>Crema de verdures Au Fruita</p>	<p>Arròs amb verdures</p> <p>Hamburgueses de pollastre a la planxa</p> <p>Amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E_{kcal} 715,34 HC_g 96,59 PROT_g 34,95 LIP_g 21,02</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>	<p>Pèsols amb gall dindi</p> <p>Lluç empanat s/ou</p> <p>Amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E_{kcal} 646,31 HC_g 73,46 PROT_g 35,85 LIP_g 23,23</p> <p>Hortalissa i patata Peix Fruita</p>	<p>Minestra de verdura</p> <p>Gall dindi estofat amb verdures</p> <p>Amanida d'enciam i olives</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E_{kcal} 748,09 HC_g 87,88 PROT_g 40,98 LIP_g 25,85</p> <p>Hortalisses Llegum Fruita</p>
dilluns, 22 febrer	dimecres, 24 febrer	dijous, 25 febrer	divendres, 26 febrer	
<p>Sopa de pollastre amb pasta</p> <p>Llimanda al forn amb ceba i tomàquet</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E_{kcal} 575,11 HC_g 72,58 PROT_g 31,08 LIP_g 17,83</p> <p>Sopa de pasta Au amb amanida Fruita</p>	<p>Llenties amb verdures</p> <p>Pollastre al forn</p> <p>Carbassó arrebossat</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E_{kcal} 891,91 HC_g 92,17 PROT_g 44,79 LIP_g 38,23</p> <p>Hortalisses Llegum Fruita</p>	<p>Amanida completa d'enciam, blat de moro, olives i pastanaga</p> <p>Paella d'arròs integral de pollastre</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Postres làctics</p> <p>E_{kcal} 841,28 HC_g 99,14 PROT_g 24,33 LIP_g 38,6</p> <p>Hortalissa i patata Peix amb amanida Fruita</p>	<p>Saltat de verdures</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>***</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E_{kcal} 724,57 HC_g 106,57 PROT_g 25,32 LIP_g 21,89</p> <p>Crema de verdures Formatge Fruita</p>	<p>Crema de porros amb rostos</p> <p>Rap a la marinera</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E_{kcal} 721,35 HC_g 86,42 PROT_g 38,59 LIP_g 24,59</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>

MENÚS ELABORATS PER:
Mònica Esteve Graner
Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica
Departament de Qualitat i Medi Ambient

Pots trucar-nos al
900 811 600

Escriure'ns un e-cleac a
contacto@iss.es

ISS FACILITY SERVICES Catalunya
C. Lluís Muntadas, 5
08940 Cornellà de Llobregat, Barcelona
Tel. 935 903 060
Fax. 936 343 154

1

GLUTEN

2

CRUSTACIS

3

OU

4

PEIX

5

CACAUET

6

SOJA

7

LLET

8

FRUITS DE GLIBOSCA

9

API

10

MOSTASSA

11

SÈSAM

12

SULFIT

13

TRAMUSSOS

14

MOL-LUSCS

Menú Basal sense proteïna de llet de vaca



dilluns, 1 febrer	dimarts, 2 febrer	dimecres, 3 febrer	dijous, 4 febrer	divendres, 5 febrer
<p>Macarrons integrals amb sofregit de verdures</p> <p>Salmó al forn amb salsa de mostassa</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>835,63 93,92 37,43 34,47</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>	<p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Truita de tonyina</p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Pa integral</p> <p>Iogurt natural soja</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>766,86 58,68 42,63 40,18</p> <p>Hortalissa i patata Au Fruita</p>	<p>Crema de porros amb rostos</p> <p>Lluç amb verdures al forn</p> <p>Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>714,93 90,93 30,9 25,29</p> <p>Sopa d'arròs Peix amb amanida Fruita</p>	<p>Saltejat de mongeta tendra amb patata i pastanaga</p> <p>Llenties amb verdures</p> <p>***</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>694,01 104,85 25,7 19,09</p> <p>Crema de verdures Ou Fruita</p>	<p>Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Pit de pollastre a la planxa</p> <p>Amanida d'enciam i olives</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>791,99 98,4 44,99 24,27</p> <p>Hortalisses Llegum Fruita</p>
dilluns, 8 febrer	dimarts, 9 febrer	dimecres, 10 febrer	dijous, 11 febrer	divendres, 12 febrer
<p>Saltejat de coliflor amb all</p> <p>Llenties amb arròs i verdures</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>709,54 112,92 22,39 18,7</p> <p>Hortalissa i patata Au Fruita</p>	<p>Espirals amb verdures de temporada</p> <p>Llom amb salsa de poma</p> <p>Amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>771,29 90,17 36,66 29,33</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>	<p>Mongetes blanques saltades amb all i julivert</p> <p>Bacallà al forn amb samfaina</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>577,33 60,15 34,3 22,17</p> <p>Hortalissa i patata Ou Lacti</p>	<p>Arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Pollastre amb salsa de llimona</p> <p>***</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>766,05 100,27 35,78 24,65</p> <p>Crema de verdures Au Fruita</p>	<p>Crema de pèsols i carbassó</p> <p>Truita francesa</p> <p>Amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Pa</p> <p>Iogurt natural soja</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>695,95 62,54 33,35 34,71</p> <p>Sopa Peix amb amanida Fruita</p>
dilluns, 15 febrer	dimarts, 16 febrer	dimecres, 17 febrer	dijous, 18 febrer	divendres, 19 febrer
<p>FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ</p>	<p>Cigrons amb espinacs i carbassa</p> <p>Ous remenats amb tomàquet i pernil</p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Pa integral</p> <p>Iogurt natural soja</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>748,99 60,79 39,72 38,55</p> <p>Crema de verdures Au Fruita</p>	<p>Arròs amb verdures</p> <p>Hamburgueses de pollastre a la planxa</p> <p>Amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>715,34 96,59 34,95 21,02</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>	<p>Pèsols amb gall dindi</p> <p>Lluç empanat</p> <p>Amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>646,31 73,46 35,85 23,23</p> <p>Hortalissa i patata Ou Fruita</p>	<p>Minestra de verdura</p> <p>Gall dindi estofat amb verdures</p> <p>Amanida d'enciam i olives</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>748,09 87,88 40,98 25,85</p> <p>Hortalisses Llegum Fruita</p>
dilluns, 22 febrer	dimarts, 23 febrer	dimecres, 24 febrer	dijous, 25 febrer	divendres, 26 febrer
<p>Sopa de pollastre amb pasta</p> <p>Llimanda al forn amb ceba i tomàquet</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>575,11 72,58 31,08 17,83</p> <p>Sopa de pasta Ou amb amanida Fruita</p>	<p>Llenties amb verdures</p> <p>Pollastre al forn</p> <p>Carbassó arrebossat</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>891,91 92,17 44,79 38,23</p> <p>Hortalisses Llegum Fruita</p>	<p>Amanida completa d'enciam, blat de moro, olives i pastanaga</p> <p>Paella d'arròs integral de pollastre</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Iogurt natural soja</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>796,88 86,64 25,73 38,6</p> <p>Hortalissa i patata Peix amb amanida Fruita</p>	<p>Saltat de verdures</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>***</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>724,57 106,57 25,32 21,89</p> <p>Crema de verdures Ou Fruita</p>	<p>Crema de porros amb rostos</p> <p>Rap a la marinera</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>721,35 86,42 38,59 24,59</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>

MENÚS ELABORATS PER:
Mònica Esteve Graner
Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica
Departament de Qualitat i Medi Ambient

Pots trucar-nos al 900 811 600
Escriure'ns un e-clec a contacto@iss.es

ISS FACILITY SERVICES Catalunya
C. Lluís Muntadas, 5
08940 Cornellà de Llobregat, Barcelona
Tel. 935 903 060
Fax. 936 343 154

1 GLUTEN	2 CRUSTACIS	3 OU	4 PEIX	5 CACAUET	6 SOJA	7 LLET	8 FRUITS DE CLOSCA	9 API	10 MGSTASSA	11 SÈSAM	12 SULFIT	13 TRAMUSSOS	14 MOL·LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEOS	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTOS DE CASCAVA	APIO	MGSTAZA	SÈSAMO	SULFITOS	ALTRAMUCCES	MOL·LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEANS	EGG	FISH	PENAUT	SOYA	MILK	NUTS	CELERY	MUSTARD	SÈSAM	SULPHITES	LUPINS	MOLLUSCS

Menú Basal sense lactosa



dilluns, 1 febrer	dimarts, 2 febrer	dimecres, 3 febrer	dijous, 4 febrer	divendres, 5 febrer
<p>Macarrons integrals amb sofregit de verdures</p> <p>Salmó al forn amb salsa de mostassa</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>835,63 93,92 37,43 34,47</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>	<p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Truita de tonyina</p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Pa integral</p> <p>Iogurt natural soja</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>766,86 58,68 42,63 40,18</p> <p>Hortalissa i patata Au Fruita</p>	<p>Crema de porros amb rostos</p> <p>Lluç amb verdures al forn</p> <p>Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>714,93 90,93 30,9 25,29</p> <p>Sopa d'arròs Peix amb amanida Fruita</p>	<p>Saltejat de mongeta tendra amb patata i pastanaga</p> <p>Llenties amb verdures</p> <p>***</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>694,01 104,85 25,7 19,09</p> <p>Crema de verdures Ou Fruita</p>	<p>Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Pit de pollastre a la planxa</p> <p>Amanida d'enciam i olives</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>791,99 98,4 44,99 24,27</p> <p>Hortalisses Llegum Fruita</p>
dilluns, 8 febrer	dimarts, 9 febrer	dimecres, 10 febrer	dijous, 11 febrer	divendres, 12 febrer
<p>Saltejat de coliflor amb all</p> <p>Llenties amb arròs i verdures</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>709,54 112,92 22,39 18,7</p> <p>Hortalissa i patata Au Fruita</p>	<p>Espirals amb verdures de temporada</p> <p>Llom amb salsa de poma</p> <p>Amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>771,29 90,17 36,66 29,33</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>	<p>Mongetes blanques saltades amb all i julivert</p> <p>Bacallà al forn amb samfaina</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>577,33 60,15 34,3 22,17</p> <p>Hortalissa i patata Ou Lacti</p>	<p>Arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Pollastre amb salsa de llimona</p> <p>***</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>766,05 100,27 35,78 24,65</p> <p>Crema de verdures Au Fruita</p>	<p>Crema de pèsols i carbassó</p> <p>Truita francesa</p> <p>Amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Pa</p> <p>Iogurt natural soja</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>695,95 62,54 33,35 34,71</p> <p>Sopa Peix amb amanida Fruita</p>
dilluns, 15 febrer	dimarts, 16 febrer	dimecres, 17 febrer	dijous, 18 febrer	divendres, 19 febrer
<p>FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ</p>	<p>Cigrons amb espinacs i carbassa</p> <p>Ous remenats amb tomàquet i pernil</p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Pa integral</p> <p>Iogurt natural soja</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>748,99 60,79 39,72 38,55</p> <p>Crema de verdures Au Fruita</p>	<p>Arròs amb verdures</p> <p>Hamburgueses de pollastre a la planxa</p> <p>Amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>715,34 96,59 34,95 21,02</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>	<p>Pèsols amb gall dindi</p> <p>Lluç empanat</p> <p>Amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>646,31 73,46 35,85 23,23</p> <p>Hortalissa i patata Ou Fruita</p>	<p>Minestra de verdura</p> <p>Gall dindi estofat amb verdures</p> <p>Amanida d'enciam i olives</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>748,09 87,88 40,98 25,85</p> <p>Hortalisses Llegum Fruita</p>
dilluns, 22 febrer	dimarts, 23 febrer	dimecres, 24 febrer	dijous, 25 febrer	divendres, 26 febrer
<p>Sopa de pollastre amb pasta</p> <p>Llimanda al forn amb ceba i tomàquet</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>575,11 72,58 31,08 17,83</p> <p>Sopa de pasta Ou amb amanida Fruita</p>	<p>Llenties amb verdures</p> <p>Pollastre al forn</p> <p>Carbassó arrebossat</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>891,91 92,17 44,79 38,23</p> <p>Hortalisses Llegum Fruita</p>	<p>Amanida completa d'enciam, blat de moro, olives i pastanaga</p> <p>Paella d'arròs integral de pollastre</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Iogurt natural soja</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>796,88 86,64 25,73 38,6</p> <p>Hortalissa i patata Peix amb amanida Fruita</p>	<p>Saltat de verdures</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>***</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>724,57 106,57 25,32 21,89</p> <p>Crema de verdures Ou Fruita</p>	<p>Crema de porros amb rostos</p> <p>Rap a la marinera</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>721,35 86,42 38,59 24,59</p> <p>Hortalisses Llegum Fruita</p>

MENÚS ELABORATS PER:
Mònica Esteve Graner
Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica
Departament de Qualitat i Medi Ambient



Pots trucar-nos al 900 811 600
Escriure'ns un e-clec a contacto@iss.es

ISS FACILITY SERVICES Catalunya
C. Lluís Muntadas, 5
08940 Cornellà de Llobregat, Barcelona
Tel. 935 903 060
Fax. 936 343 154



1 GLUTEN	2 CRUSTACIS	3 OU	4 PEIX	5 CACAUET	6 SOJA	7 LLET	8 FRUITS DE CLOSCA	9 API	10 MOSTASSA	11 SÈSAM	12 SULFIT	13 TRAMUSSOS	14 MOL-LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEOS	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTOS DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÈSAMO	SULFITOS	ALTRAMUCES	MOL-LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEANS	EGG	FISH	PENAUT	SOYA	MILK	NUTS	CELERY	MUSTARD	SÈSAM	SULPHITES	LUPINS	MOLLUSCS

Menú Basal sense gluten



dilluns, 1 febrer	dimarts, 2 febrer	dimecres, 3 febrer	dijous, 4 febrer	divendres, 5 febrer
Macarrons s/gluten amb sofregit de verdures	Cigrons estofats amb verdures	Crema de porros amb rostes s/gluten	Saltejat de mongeta tendra amb patata i pastanaga	Arròs saltejat amb xampinyons
Salmó al forn amb salsa de mostassa	Truita de tonyina	Lluç amb verdures al forn	Llenties amb verdures	Pollastre a la italiana
***	Amanida d'enciam i pastanaga	Amanida d'enciam i blat de moro	***	Amanida d'enciam i olives
Pa s/ gluten	Pa s/ gluten	Pa s/ gluten	Pa s/ gluten	Pa s/ gluten
Fruita de temporada	Postres làctics	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g
835,63 93,92 37,43 34,47	827 76,1 40,83 39,92	709,74 90,2 30,67 25,14	709,75 109,77 25,3 18,83	902,28 96,04 40,97 39,36
Amanida Llegum Fruita	Hortalissa i patata Au Fruita	Sopa d'arròs Peix amb amanida Fruita	Crema de verdures Ou Fruita	Hortalisses Llegum Fruita

dilluns, 8 febrer	dimarts, 9 febrer	dimecres, 10 febrer	dijous, 11 febrer	divendres, 12 febrer
Saltejat de coliflor amb all	Espirals s/gluten amb verdures de temporada i formatge	Mongetes blanques saltades amb all i julivert	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Crema de pèsols i carbassó
Llenties amb arròs i verdures	Llom amb salsa de poma	Bacallà al forn amb samfaina	Pollastre amb salsa de llimona	Truita de formatge
***	Amanida d'enciam i cogombre	***	***	Amanida d'enciam i tomàquet
Pa s/ gluten	Pa s/ gluten	Pa s/ gluten	Pa s/ gluten	Pa s/ gluten
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Postres làctics
E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g
709,54 112,92 22,39 18,7	819,25 100,79 35,51 30,45	577,33 60,15 34,3 22,17	781,79 105,19 35,38 24,39	814,03 75,04 37,41 40,47
Hortalissa i patata Au Fruita	Amanida Llegum Fruita	Hortalissa i patata Ou Lacti	Crema de verdures Au Fruita	Sopa Peix amb amanida Fruita

dilluns, 15 febrer	dimarts, 16 febrer	dimecres, 17 febrer	dijous, 18 febrer	divendres, 19 febrer
FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Cigrons amb espinacs i carbassa	Arròs amb verdures	Pèsols amb gall dindi	Minestra de verdura
	Ous remenats amb tomàquet i formatge	Hamburgueses de pollastre a la planxa	Lluç empanat s/gluten	Gall dindi estofat amb verdures
	Amanida d'enciam i pastanaga	Amanida d'enciam i tomàquet	Amanida d'enciam i cogombre	Amanida d'enciam i olives
	Pa s/ gluten	Pa s/ gluten	Pa s/ gluten	Pa s/ gluten
	Postres làctics	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g
	832,52 78,21 38,12 40,8	715,34 96,59 34,95 21,02	662,05 78,38 35,45 22,97	748,09 87,88 40,98 25,85
	Crema de verdures Au Fruita	Amanida Llegum Fruita	Hortalissa i patata Ou Fruita	Hortalisses Llegum Fruita

dilluns, 22 febrer	dimarts, 23 febrer	dimecres, 24 febrer	dijous, 25 febrer	divendres, 26 febrer
Sopa de pollastre amb pasta s/gluten	Llenties amb verdures	Amanida completa d'enciam, blat de moro, olives i pastanaga	Saltat de verdures	Crema de porros amb rostes s/gluten
Llimanda al forn amb ceba i tomàquet	Pollastre al forn	Paella d'arròs integral de pollastre	Cigrons estofats amb verdures	Rap a la marinera
***	Carbassó arrebossat s/gluten	***	***	***
Pa s/ gluten	Pa s/ gluten	Pa s/ gluten	Pa s/ gluten	Pa s/ gluten
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Postres làctics	Fruita de temporada	Fruita de temporada
E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g
575,11 72,58 31,08 17,83	803,82 81,09 43,59 33,9	841,28 99,14 24,33 38,6	740,31 111,49 24,92 21,63	716,16 85,69 38,36 24,44
Sopa de pasta Ou amb amanida Fruita	Hortalisses Llegum Fruita	Hortalissa i patata Peix amb amanida Fruita	Crema de verdures Ou Fruita	Amanida Llegum Fruita

MENÚS ELABORATS PER: Mònica Esteve Graner
Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica
Departament de Qualitat i Medi Ambient

Pots trucar-nos al 900 811 600
Escriure'ns un e-cleca a contacto@iss.es

ISS FACILITY SERVICES Catalunya
C. Lluís Muntadas, 5
08940 Cornellà de Llobregat, Barcelona
Tel. 935 903 060
Fax. 936 343 154

1 GLUTEN	2 CRUSTACIS	3 OU	4 PEIX	5 CACAUET	6 SOJA	7 LLET	8 FRUITS DE CLOSCA	9 API	10 MOSTASSA	11 SÈSAM	12 SULFIT	13 TRAMUSSOS	14 MOL-LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEOS	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTOS DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÈSAMO	SULFITOS	ALTRAMUCES	MOL-LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEANS	EGG	FISH	PENAUT	SOYA	MILK	NUTS	CELERY	MUSTARD	SÈSAM	SULPHITES	LUPINS	MOLLUSCS

Menú Basal sense marisc



dilluns, 1 febrer	dimarts, 2 febrer	dimecres, 3 febrer	dijous, 4 febrer	divendres, 5 febrer
Macarrons integrals amb sofregit de verdures Gluten	Cigrons estofats amb verdures Sulfits	Crema de porros amb rostos Gluten, Sulfits	Saltejat de mongeta tendra amb patata i pastanaga Sulfits	Arròs saltejat amb xampinyons Llet
Salmó al forn amb salsa de mostassa Peix, Sulfits, Mostassa	Truita de tonyina Ou, Peix	Lluç amb verdures al forn Peix, Sulfits	Llenties amb verdures Sulfits	Pollastre a la italiana Llet
***	Amanida d'enciam i pastanaga Sulfits	Amanida d'enciam i blat de moro Sulfits	***	Amanida d'enciam i olives Sulfits
Pa Gluten	Pa integral Gluten	Pa Gluten	Pa integral Gluten	Pa Gluten
Fruita de temporada Llet	Postres làctics Llet	Fruita de temporada Llet	Fruita de temporada Llet	Fruita de temporada Llet
E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g
835,63 93,92 37,43 34,47	811,26 71,18 41,23 40,18	714,93 90,93 30,9 25,29	694,01 104,85 25,7 19,09	902,28 96,04 40,97 39,36
Amanida Llegum Fruita	Hortalissa i patata Au Fruita	Sopa d'arròs Peix amb amanida Fruita	Crema de verdures Ou Fruita	Hortalisses Llegum Fruita

dilluns, 8 febrer	dimarts, 9 febrer	dimecres, 10 febrer	dijous, 11 febrer	divendres, 12 febrer
Saltejat de coliflor amb all Sulfits	Espirals amb verdures de temporada i formatge Gluten, Llet	Mongetes blanques saltades amb all i julivert Llet	Arròs integral amb salsa de tomàquet Llet	Crema de pèsols i carbassó Sulfits
Llenties amb arròs i verdures Llet	Llom amb salsa de poma Sulfits	Bacallà al forn amb samfaina Peix	Pollastre amb salsa de llimona Llet	Truita de formatge Ou, Llet
***	Amanida d'enciam i cogombre Sulfits	***	***	Amanida d'enciam i tomàquet Sulfits
Pa Gluten	Pa integral Gluten	Pa Gluten	Pa integral Gluten	Pa Gluten
Fruita de temporada Llet	Fruita de temporada Llet	Fruita de temporada Llet	Fruita de temporada Llet	Postres làctics Llet
E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g
709,54 112,92 22,39 18,7	808,13 90,17 39,39 32,21	577,33 60,15 34,3 22,17	766,05 100,27 35,78 24,65	814,03 75,04 37,41 40,47
Hortalissa i patata Au Fruita	Amanida Llegum Fruita	Hortalissa i patata Ou Lacti	Crema de verdures Au Fruita	Sopa Peix amb amanida Fruita

dilluns, 15 febrer	dimarts, 16 febrer	dimecres, 17 febrer	dijous, 18 febrer	divendres, 19 febrer
FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Cigrons amb espinacs i carbassa Sulfits	Arròs amb verdures Api	Pèsols amb gall dindi Llet	Minestra de verdura Sulfits
	Ous remenats amb tomàquet i formatge Ou, Llet	Hamburgueses de pollastre a la planxa Sulfits	Lluç empanat Gluten, Ou, Peix	Gall dindi estofat amb verdures Sulfits
	Amanida d'enciam i pastanaga Sulfits	Amanida d'enciam i tomàquet Sulfits	Amanida d'enciam i cogombre Sulfits	Amanida d'enciam i olives Sulfits
	Pa integral Gluten	Pa Gluten	Pa integral Gluten	Pa Gluten
	Postres làctics Llet	Fruita de temporada Llet	Fruita de temporada Llet	Fruita de temporada Llet
	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g
	816,78 73,29 38,52 41,06	715,34 96,59 34,95 21,02	646,31 73,46 35,85 23,23	748,09 87,88 40,98 25,85
	Crema de verdures Au Fruita	Amanida Llegum Fruita	Hortalissa i patata Ou Fruita	Hortalisses Llegum Fruita

dilluns, 22 febrer	dimarts, 23 febrer	dimecres, 24 febrer	dijous, 25 febrer	divendres, 26 febrer
Sopa de pollastre amb pasta Gluten, Api	Llenties amb verdures Sulfits	Amanida completa d'enciam, blat de moro, olives i pastanaga Sulfits	Saltat de verdures Sulfits	Crema de porros amb rostos Gluten, Sulfits
Llimanda al forn amb ceba i tomàquet Peix, Sulfits	Pollastre al forn Sulfits	Paella d'arròs integral de pollastre Api	Cigrons estofats amb verdures Sulfits	Rap a la marinera Peix, Sulfits
***	Carbassó arrebossat Gluten	***	***	***
Pa Gluten	Pa integral Gluten	Pa Gluten	Pa integral Gluten	Pa Gluten
Fruita de temporada Llet	Fruita de temporada Llet	Postres làctics Llet	Fruita de temporada Llet	Fruita de temporada Llet
E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g
575,11 72,58 31,08 17,83	891,91 92,17 44,79 38,23	841,28 99,14 24,33 38,6	724,57 106,57 25,32 21,89	721,35 86,42 38,59 24,59
Sopa de pasta Ou amb amanida Fruita	Hortalisses Llegum Fruita	Hortalissa i patata Peix amb amanida Fruita	Crema de verdures Ou Fruita	Amanida Llegum Fruita

MENÚS ELABORATS PER: Mònica Esteve Graner
Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica
Departament de Qualitat i Medi Ambient

Pots trucar-nos al 900 811 600

ISS FACILITY SERVICES Catalunya
C. Lluís Muntadas, 5
08940 Cornellà de Llobregat, Barcelona
Tel. 935 903 060
Fax. 936 343 154

Escriure'ns un e-c-lec a contacto@iss.es

1 GLUTEN	2 CRUSTACIS	3 OU	4 PEIX	5 CACAUET	6 SOJA	7 LLET	8 FRUITS DE CLOSCA	9 API	10 MOSTASSA	11 SÈSAM	12 SULFIT	13 TRAMUSSOS	14 MOL-LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEOS	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTOS DE CASCARA	APIO	MOSTAZA	SÈSAMO	SULFITOS	ALTRAMUCES	MOL-LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEANS	EGG	FISH	PENAUT	SOYA	MILK	NUTS	CELERY	MUSTARD	SÈSAM	SULPHITES	LUPINS	MOLLUSCS

Menú Basal sense marisc i peix



Al·lèrgens PRESENTS en aquest menú



dilluns, 1 febrer	dimarts, 2 febrer	dimecres, 3 febrer	dijous, 4 febrer	divendres, 5 febrer
<p>Macarrons integrals amb sofregit de verdures</p> <p>Llom a la planxa</p> <p>Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>810,98 93,45 40,94 30,38</p> <p>Hortalissa i patata Au Fruita</p>	<p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Truita francesa</p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Pa integral</p> <p>Postres làcties</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>771,94 71,18 35,99 38,14</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>	<p>Crema de porros amb rostos</p> <p>Pollastre empanat</p> <p>Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>782,98 84,82 44,73 29,42</p> <p>Hortalissa i patata Ou Lacti</p>	<p>Saltejat de mongeta tendra amb patata i pastanaga</p> <p>Llenties amb verdures</p> <p>***</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>694,01 104,85 25,7 19,09</p> <p>Crema de verdures Au Fruita</p>	<p>Arròs saltejat amb xampinyons</p> <p>Pollastre a la italiana</p> <p>Amanida d'enciam i olives</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>902,28 96,04 40,97 39,36</p> <p>Sopa Ou amb amanida Fruita</p>
dilluns, 8 febrer	dimarts, 9 febrer	dimecres, 10 febrer	dijous, 11 febrer	divendres, 12 febrer
<p>Saltejat de coliflor amb all</p> <p>Llenties amb arròs i verdures</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>709,54 112,92 22,39 18,7</p> <p>Sopa d'arròs Ou amb amanida Fruita</p>	<p>Espirals amb verdures de temporada i formatge</p> <p>Llom amb salsa de poma</p> <p>Amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>808,13 90,17 39,39 32,21</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>	<p>Mongetes blanques saltades amb all i julivert</p> <p>Truita francesa</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>558,05 52,4 27,96 26,29</p> <p>Crema de verdures Au Fruita</p>	<p>Arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Pollastre amb salsa de llimona</p> <p>***</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>766,05 100,27 35,78 24,65</p> <p>Hortalissa i patata Ou Fruita</p>	<p>Crema de pèsols i carbassó</p> <p>Truita de formatge</p> <p>Amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Pa</p> <p>Postres làcties</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>814,03 75,04 37,41 40,47</p> <p>Hortalisses Llegum Fruita</p>
dilluns, 15 febrer	dimarts, 16 febrer	dimecres, 17 febrer	dijous, 18 febrer	divendres, 19 febrer
<p>FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ</p>	<p>Cigrons amb espinacs i carbassa</p> <p>Ous remenats amb tomàquet i formatge</p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Pa integral</p> <p>Postres làcties</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>816,78 73,29 38,52 41,06</p> <p>Crema de verdures Au Fruita</p>	<p>Arròs amb verdures</p> <p>Hamburgueses de pollastre a la planxa</p> <p>Amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>715,34 96,59 34,95 21,02</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>	<p>Pèsols amb gall dindi</p> <p>Truita francesa</p> <p>Amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>646,69 68,59 29,7 28,17</p> <p>Hortalissa i patata Ou Fruita</p>	<p>Minestra de verdura</p> <p>Gall dindi estofat amb verdures</p> <p>Amanida d'enciam i olives</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>748,09 87,88 40,98 25,85</p> <p>Hortalisses Llegum Fruita</p>
dilluns, 22 febrer	dimarts, 23 febrer	dimecres, 24 febrer	dijous, 25 febrer	divendres, 26 febrer
<p>Sopa de pollastre amb pasta</p> <p>Truita de formatge</p> <p>Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>732,2 68,94 32,03 36,48</p> <p>Sopa de pasta Ou amb amanida Fruita</p>	<p>Llenties amb verdures</p> <p>Pollastre al forn</p> <p>Carbassó arrebossat</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>891,91 92,17 44,79 38,23</p> <p>Hortalisses Llegum Fruita</p>	<p>Amanida completa d'enciam, blat de moro, olives i pastanaga</p> <p>Paella d'arròs integral de pollastre</p> <p>***</p> <p>Pa</p> <p>Postres làcties</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>841,28 99,14 24,33 38,6</p> <p>Hortalissa i patata Ou amb amanida Fruita</p>	<p>Saltat de verdures</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>***</p> <p>Pa integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>724,57 106,57 25,32 21,89</p> <p>Crema de verdures Au Fruita</p>	<p>Crema de porros amb rostos</p> <p>Llom a la planxa</p> <p>Amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Pa</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>E kcal HC g PROT g LIP g</p> <p>679,59 79,38 33,48 25,35</p> <p>Amanida Llegum Fruita</p>



MENÚS ELABORATS PER:
Mònica Esteve Graner
Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica
Departament de Qualitat i Medi Ambient



Pots trucar-nos al
900 811 600



Escriure'ns un e-mail a
contacto@iss.es

ISS FACILITY SERVICES Catalunya

C. Lluís Muntadas, 5
08940 Cornellà de Llobregat, Barcelona
Tel. 935 903 060
Fax. 936 343 154



1 GLUTEN	2 CRUSTACIS	3 OU	4 PEIX	5 CACAUET	6 SOJA	7 LLET	8 FRUITS DE GLASSA	9 API	10 MOSTASSA	11 SÈSAM	12 SULFITS	13 TRAMUSSOS	14 MOL·LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEOS	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTOS DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÈSAMO	SULFITOS	ALTRAMUCES	MOL·LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEANS	EGG	FISH	PENAUT	SOYA	MILK	NUTS	CELERY	MUSTARD	SÈSAM	SULPHITES	LUPINS	MOLLUSCS

Menú Basal sense gluten ni llegums ni llet ni fregits



Al·lèrgens PRESENTS en aquest menú



dilluns, 1 febrer	dimarts, 2 febrer	dimecres, 3 febrer	dijous, 4 febrer	divendres, 5 febrer
Macarrons s/gluten amb sofregit de verdures	Mongeta tendra amb patates	Crema de porros amb rostos s/gluten	Saltejat de mongeta tendra amb patata i pastanaga	Arròs amb salsa de tomàquet
Salmó al forn amb salsa de mostassa	Truita de tonyina	Lluç amb verdures al forn	Llom a la planxa	Pit de pollastre a la planxa
***	Amanida d'enciam i pastanaga	Amanida d'enciam i blat de moro	Amanida d'enciam i blat de moro	Amanida d'enciam i olives
Pa s/ gluten	Pa s/ gluten	Pa s/ gluten	Pa s/ gluten	Pa s/ gluten
Fruita de temporada	Iogurt natural soja	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g
835,63 93,92 37,43 34,47	716,3 60,59 36,27 36,54	709,74 90,2 30,67 25,14	658,63 75,74 32,78 24,95	791,99 98,4 44,99 24,27
Hortalissa i patata Au Fruita	Amanida Peix Fruita	Hortalissa i patata Ou Lacti	Crema de verdures Au Fruita	Sopa Peix amb amanida Fruita

dilluns, 8 febrer	dimarts, 9 febrer	dimecres, 10 febrer	dijous, 11 febrer	divendres, 12 febrer
Saltejat de coliflor amb all	Espirals s/gluten amb verdures de temporada	Minestra de verdura	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Crema de verdures amb rostos s/gluten
Truita de patates	Llom amb salsa de poma	Bacallà al forn amb samfaina	Pollastre amb salsa de llimona	Truita francesa
Amanida d'enciam i olives	Amanida d'enciam i cogombre	***	***	Amanida d'enciam i tomàquet
Pa s/ gluten	Pa s/ gluten	Pa s/ gluten	Pa s/ gluten	Pa s/ gluten
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt natural soja
E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g
848,78 95,52 29,06 38,94	782,41 100,79 32,78 27,57	677,78 82,93 33,64 23,5	781,79 105,19 35,38 24,39	688,89 63,08 30,91 34,77
Peix amb amanida Fruita	Crema de verdures Au Fruita	Sopa de pasta Peix amb amanida Fruita	Hortalissa i patata Ou Fruita	Hortalisses Au Fruita

dilluns, 15 febrer	dimarts, 16 febrer	dimecres, 17 febrer	dijous, 18 febrer	divendres, 19 febrer
FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ	Cigrons amb espinacs i carbassa	Arròs amb verdures	Crema de verdures amb rostos s/gluten	Minestra de verdura
	Ous remenats amb tomàquet	Hamburgueses de pollastre a la planxa	Lluç empanat s/gluten	Gall dindi estofat amb verdures
	Amanida d'enciam i pastanaga	Amanida d'enciam i tomàquet	Amanida d'enciam i cogombre	Amanida d'enciam i olives
	Pa s/ gluten	Pa s/ gluten	Pa s/ gluten	Pa s/ gluten
	Iogurt natural soja	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g
	754,46 65,71 37,45 37,98	715,34 96,59 34,95 21,02	703,94 81,12 32,27 27,82	748,09 87,88 40,98 25,85
	Sopa de pasta Au amb amanida Fruita	Hortalisses i patata Ou Fruita	Hortalissa i patata Au amb amanida Fruita	Amanida Peix Fruita

dilluns, 22 febrer	dimarts, 23 febrer	dimecres, 24 febrer	dijous, 25 febrer	divendres, 26 febrer
Sopa de pollastre amb pasta s/gluten	Crema de verdures amb rostos s/gluten	Amanida completa d'enciam, blat de moro, olives i pastanaga	Saltat de verdures	Crema de porros amb rostos s/gluten
Llimanda al forn amb ceba i tomàquet	Pollastre al forn	Paella d'arròs integral de pollastre	Truita francesa	Rap a la marinera
***	Carbassó arrebossat s/gluten	***	Amanida d'enciam i blat de moro	***
Pa s/ gluten	Pa s/ gluten	Pa s/ gluten	Pa s/ gluten	Pa s/ gluten
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt natural soja	Fruita de temporada	Fruita de temporada
E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g	E kcal HC g PROT g LIP g
575,11 72,58 31,08 17,83	765,27 81,28 34,73 33,47	796,88 86,64 25,73 38,6	713,98 77,14 27,78 32,7	716,16 85,69 38,36 24,44
Crema de verdures Au Fruita	Sopa d'arròs Ou amb amanida Fruita	Sopa de pasta Peix amb amanida Fruita	Hortalissa i patata Ou Fruita	Hortalisses Au Fruita

MENÚS ELABORATS PER:
Mònica Esteve Graner
Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica
Departament de Qualitat i Medi Ambient

Pots trucar-nos al
900 811 600

Escriure'ns un e-clec a
contacto@iss.es

ISS FACILITY SERVICES Catalunya
C. Lluís Muntadas, 5
08940 Cornellà de Llobregat, Barcelona
Tel. 935 903 060
Fax. 936 343 154

1
GLUTEN

2
CRUSTACIS

3
OU

4
PEIX

5
CACAUET

6
SOJA

7
LLET

8
FRUITS DE CLOSCA

9
API

10
MOSTASSA

11
SÈSAM

12
SULFITS

13
TRAMUSSOS

14
MOL·LUSCS