

Menú Basal



Al·lèrgens PRESENTS en aquest menú



dilluns, 1 març	dimarts, 2 març	dimecres, 3 març	dijous, 4 març	divendres, 5 març
Espaguetis integrals thai amb pastanaga i ceba	Lenties amb verdures	Crema de pèsols	Mongeta tendra amb patata i pastanaga	Arròs amb verdures
Lluç al forn	Truita de formatge	Bacallà a la papillota de verdures	Gall dindi estofat amb verdures	Vedella empanada
Carbassó arrebossat	Amanida d'enciam i pastanaga	Amanida d'enciam i blat de moro	***	Amanida d'enciam i olives
Pa logurt natural	Pa integral	Pa	Pa integral	Pa
Fruita de temporada	Fruita de temporada	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
958,04 112,51 45,73 36,12	803,99 71,84 40,89 39,23	698,89 87,57 33,76 23,73	654,36 80,67 38,46 19,76	797,46 99,96 31,14 30,34
Amanida Llegum Fruita	Hortalissa i patata Au Fruita	Crema de verdures Ou Fruita	Sopa d'arròs Peix amb amanida Fruita	Hortalisses Llegum Fruita
dilluns, 8 març	dimarts, 9 març	dimecres, 10 març	dijous, 11 març	divendres, 12 març
	Amanida completa d'enciam, blat de moro, olives i pastanaga	Sopa de pollastre amb pasta	Cigrons estofats amb verdures	Arròs integral amb salsa de tomàquet
	Mongetes blanques amb carbassa	Lluç empanat cassolà	Ous remenats amb tomàquet	Pollastre amb salsa de taronja
	***	Amanida d'enciam i blat de moro	Amanida d'enciam i cogombre	Amanida d'enciam i tomàquet
	Pa integral	Pa	Pa integral	Pa
	logurt natural	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
	755,4 82,3 22,04 37,56	658,14 73,81 32,72 25,78	752,52 73,57 33,02 36,24	835,09 106,59 35,83 29,49
	Hortalissa i patata Au Fruita	Hortalissa i patata Ou Lacti	Crema de verdures Au Fruita	Sopa Peix amb amanida Fruita
dilluns, 15 març	dimarts, 16 març	dimecres, 17 març	dijous, 18 març	divendres, 19 març
Crema de carbassó amb rostes	Cigrons estofats amb verdures	Arròs tres delícies casolà	Lenties amb verdures	Espaguetis integrals a la camperola
Salsitxes de porc al forn	Ous farcits amb tonyina i gratinats	Gall dindi estofat amb verdures	Salmó al forn amb salsa de mostassa	Gall en salsa verda
Patates fregides	Amanida d'enciam i pastanaga	***	Amanida d'enciam i cogombre	***
Pa	Pa integral	Pa	Pa integral	Pa
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural	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
902,48 94,09 26,68 46,6	955,53 86,45 44,32 48,05	794,71 103,59 43,27 23,03	795,68 72,59 43,17 36,96	760,23 102,35 40,03 21,19
Crema de verdures Peix Fruita	Crema de verdures Au Fruita	Amanida Llegum Fruita	Hortalissa i patata Ou Fruita	Hortalisses Llegum Fruita
dilluns, 22 març	dimarts, 23 març	dimecres, 24 març	dijous, 25 març	divendres, 26 març
Sopa de rap amb fideus	Lenties amb verdures	Minestra de verdura	Espirals amb tomàquet i formatge	Arròs integral amb pollastre i pastanaga
Truita de carbassó	Croquetes de bacallà	Mongetes blanques amb verdures	Lluç al forn	Mandonguilles amb salsa de tomàquet
Amanida d'enciam i blat de moro	Amanida d'enciam i cogombre	***	Amanida d'enciam i olives	***
Pa	Pa integral	Pa	Pa integral	Pa
logurt natural	Fruita de temporada	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
758,37 76,24 29,36 37,33	810,6 101,8 24,62 33,88	739,47 117,94 24,74 18,75	788,38 87,46 43,71 29,3	1010,15 103,52 37,53 49,55
Amanida Llegum Fruita	Crema de verdures Ou Fruita	Hortalissa i patata Peix amb amanida Fruita	Hortalisses Llegum Fruita	Sopa de pasta Ou amb amanida 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

 Escriu'ns un e·lec 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 OÜ	4 PEIX	5 CACAQUETE	6 SOJA	7 LLET	8 FRUITS DE CLOSCA	9 API	10 MOSTASSA	11 SÈSAMI	12 SULFIT	13 TRAMUSSOS	14 MOLLUSCS
GLUTEN	CRUSTACEANS	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUITOS DE CLOSCA	APIO	MOSTAZA	SÈSAMI	SULFITOS	ALTRAMUCES	MOL·LUSCS
GLUTEN	CRUSTACEANS	EGGS	FISH	PEANUT	SOYA	MILK	NUITS	CELERY	MUSTARD	SÈSAMI	SULPHITES	LUPINS	MOLLUSCS