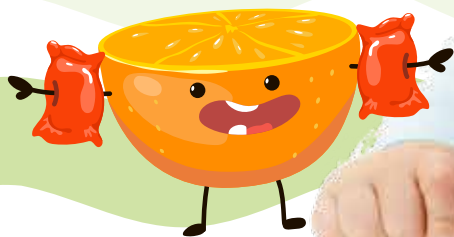
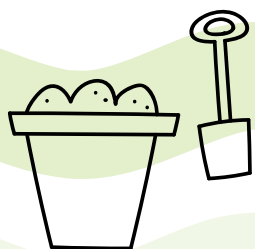
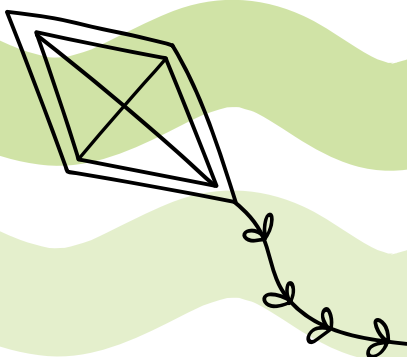




Cuina Gestió

MENÚ BRESSOL

Curs 21-22
3er trimestre



Dilluns

Dimarts

Dimecres

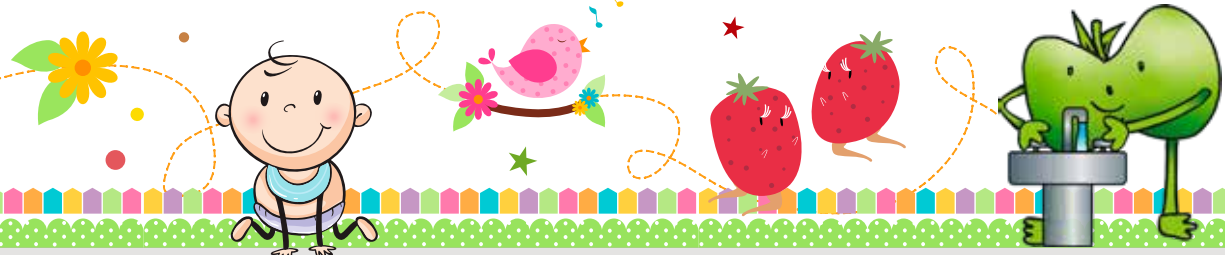
Dijous

Divendres


de temporada

pèsols, carbassó, col, coliflor, bròquil
mandarina, taronja, poma Golden,
pera Conference, plàtan

maire, seitó,
sardina, lluç



1 KCal 661 / HC 109 / Lip 16 / Prt25
Bròquil amb patata
Macarrons
a la bolonyesa vegetal
Fruita fresca de temporada
Amanida / Au i verdura / Lacti



4 KCal 500 / HC 67 / Lip 17 / Prt22
Sopa d'au amb fideus
Trita de patata i ceba
amb enciam i tomàquet
Fruita fresca de temporada
Verdura / Vedella i amanida / Lacti

5 KCal 668 / HC 93 / Lip 22 / Prt30
Llacets a la Norma
Varetes de lluç
amb enciam i pastanaga
Fruita fresca de temporada
Amanida / Ou i patata / Lacti

6 KCal 608 / HC 81 / Lip 17 / Prt36
Puré de llegums
Mandonguilles
amb hortalisses
Fruita fresca de temporada
Pasta / Peix i verdura / Lacti

7 KCal 523 / HC 63 / Lip 20 / Prt26
Mongeta tendra i patata
Pollastre al forn
amb brots d'enciam
logurt natural
Arròs / Prot veg i amanida / Fruita

8 KCal 837 / HC 119 / Lip 30 / Prt27
Arròs amb xampinyons
Filet de lluç
amb tomàquet
Fruita fresca de temporada
Verdura / Porc i amanida / Lacti

11 KCal 500 / HC 67 / Lip 17 / Prt22
Bròquil amb patata
Pollastre al forn
amb brots d'enciam
Fruita fresca de temporada
Verdura / Peix i amanida / Lacti

12 KCal 668 / HC 93 / Lip 22 / Prt30
Puré de llegums
Canelons de carn
amb beixamel
Fruita fresca de temporada
Arròs / Prot veg i verdura / Lacti

13 KCal 608 / HC 81 / Lip 17 / Prt36
Arròs amb xampinyons
Lluç al forn
amb salsa verda
Fruita fresca de temporada
Amanida / Ou i patata / Lacti


14 KCal 523 / HC 63 / Lip 20 / Prt26
Sopa de brou amb verdures
Hamburguesa mixta
amb samfaina
Fruita fresca de temporada
Verdura / Au i patata / Lacti



18 **la mona**
Espirals amb sofregit casolà
Nuggets de pollastre
amb enciam i olives
Fruita fresca de temporada
Verdura / Au i amanida / Lacti



20 KCal 623 / HC 77 / Lip 23 / Prt31
Llenties amb arròs
Trita de formatge
amb variat d'enciams
Fruita fresca de temporada
Pasta / Peix i verdura / Lacti



21 KCal 602 / HC 72 / Lip 23 / Prt30
Bròquil amb patata
Mandonguilles mixtes amb suc
amb pèsols i pastanaga
logurt natural
Arròs / Prot veg i amanida / Lacti

22 KCal 691 / HC 102 / Lip 20 / Prt29
Sopa de lletres
Pernilets de pollastre medieval
amb patata panadera
Fruita fresca de temporada
Amanida / Ou i verdura / Fruita


25 KCal 681 / HC 85 / Lip 28 / Prt28
Paella de verdures
Rodó de gall dindi
amb verdures
logurt natural
Verdura / Peix i amanida / Fruita

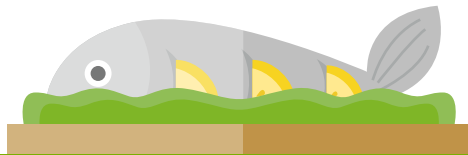
26 KCal 630 / HC 81 / Lip 22 / Prt32
Puré de fesols
Trita de patata amb carbassó
amb enciam i blat de moro
Fruita fresca de temporada
Pasta / Vedella i verdures / Lacti

27 KCal 827 / HC 110 / Lip 33 / Prt27
Coliflor, pastanaga i patata
Pollastre guisat
a la pinya
Fruita fresca de temporada
Arròs / Prot veg i verdura / Lacti

28 KCal 695 / HC 67 / Lip 41 / Prt18
Sopa de brou amb pistons
Botifarra de porc fresca
amb enciam i olives
Fruita fresca de temporada
Verdura / Au i patata / Lacti

29 KCal 794 / HC 108 / Lip 32 / Prt24
Espaguetis a la siciliana
Abadejo arrebossat
amb brots d'enciam
Fruita fresca de temporada
Verdura / Ou i amanida / Lacti





Dilluns

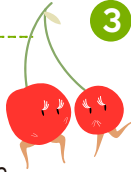
Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

2 KCal 701 / HC 101 / Lip 25 / Prt24
Arròs amb sofregit casolà
Trita de patata i ceba amb brots d'enciam
Fruita fresca de temporada
Verdura / Au i amanida / Lacti



3 KCal 674 / HC 67 / Lip 42 / Prt18
Coliflor amb patata
Hamburguesa mixta al forn amb enciam i tomàquet
Fruita fresca de temporada
Arròs / Peix i amanida / Lacti

4 KCal 679 / HC 79 / Lip 29 / Prt31
Llenties guisades amb verdures
Tastets de bròcoli i formatge al forn amb enciam i pastanaga
Fruita fresca de temporada
Pasta / Vedella i amanida / Lacti



5 KCal 720 / HC 86 / Lip 32 / Prt25
Fideus a la cassola
Lluç en salsa verda
logurt natural
Verdura / Ou i patata / Fruita

6 KCal 488 / HC 66 / Lip 15 / Prt26
Sopa d'escudella amb galets
Pollastre rostit amb patata panadera
Fruita fresca de temporada
Amanida / Prot Veg i verdura / Lacti

9 KCal 774 / HC 70 / Lip 48 / Prt19
Mongeta tendra i patata
Salsitxes a la planxa amb variat d'enciams
Fruita fresca de temporada
Arròs / Peix i verdura / Lacti

10 KCal 653 / HC 82 / Lip 24 / Prt31
Purè de llegums
Trita de patata i pebrot amb enciam i olives
Fruita fresca de temporada
Pasta / Vedella i amanida / Lacti

11 KCal 696 / HC 93 / Lip 28 / Prt23
Purè de verdures
Arròs a la marinera
Fruita fresca de temporada
Verdura / Porc i amanida / Lacti



12 KCal 589 / HC 68 / Lip 23 / Prt32
Patates estofades
Cuixes de pollastre amb enciam i tomàquet
logurt natural
Amanida / Ou i verdura / Fruita

13 KCal 827 / HC 110 / Lip 33 / Prt27
Macarrons amb salsa de formatge
Palometa guisada amb salsa de tomàquet
Fruita fresca de temporada
Verdura / Au i patata / Lacti

16 KCal 707 / HC 96 / Lip 30 / Prt18
Arròs saltat amb quinoa, edamame i blat de moro
Hamburguesa de coliflor i formatge amb brots d'enciam
Fruita fresca de temporada
Verdura / Au i amanida / Lacti



17 KCal 695 / HC 85 / Lip 26 / Prt35
Purè de fesols
Trita de patata i carbassó amb enciam i olives
Fruita fresca de temporada
Pasta / Vedella i amanida / Lacti

18 KCal 654 / HC 90 / Lip 21 / Prt31
Espaguetis amb verdures
Lluç guisat amb salsa marinera
Fruita fresca de temporada
Verdura / Ou i amanida / Lacti

19 KCal 621 / HC 82 / Lip 26 / Prt20
Bròquil amb patata
Cuixa de pollastre al forn amb brots d'enciam
logurt natural
Arròs / Prot veg i amanida / Fruita



20 KCal 476 / HC 67 / Lip 12 / Prt29
Sopa d'au amb pasta meravel·la
Mandonguilles de vedella a la jardineria
Fruita fresca de temporada
Amanida / Peix i patata / Lacti

23 KCal 709 / HC 70 / Lip 31 / Prt41
Pèsols i patata saltejats
Llibrets de llom amb formatge amb enciam i tomàquet
logurt natural
Pasta / Peix i amanida / Fruita

24 KCal 680 / HC 92 / Lip 26 / Prt25
Arròs amb verdures
Trita de pernil dolç amb varietat d'enciams
Fruita fresca de temporada
Amanida / Vedella i verdura / Lacti



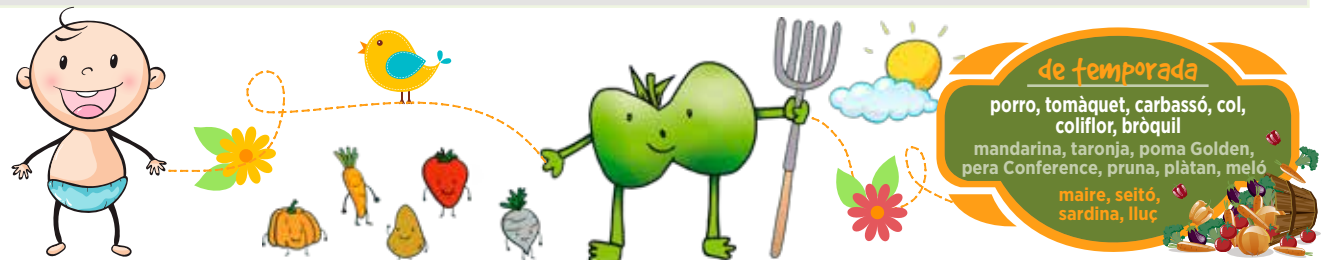
25 KCal 657 / HC 77 / Lip 25 / Prt36
Llenties estofades
Pollastre a la farigola amb enciam i pastanaga
Fruita fresca de temporada
Arròs / Prot.veg. i amanida / Lacti

26 KCal 735 / HC 85 / Lip 32 / Prt33
Espirals amb sofregit de tomàquet i ceba
Rodanxa de lluç amb enciam i blat de moro
Fruita fresca de temporada
Verdura / Ou i amanida / Lacti

27 KCal 594 / HC 67 / Lip 26 / Prt23
Minestra de verdures
Mandonguilles de gall dindi amb bolets
Fruita fresca de temporada
Verdura / Au i patata / Lacti

30 KCal 799 / HC 100 / Lip 33 / Prt30
Mongeta tendra i patata
Varetes de lluç amb enciam i olives
logurt natural
Arròs / Prot veg i amanida / Fruita

31 KCal 567 / HC 65 / Lip 24 / Prt27
Arròs amb tomàquet
Trita de patata i ceba amb brots d'enciam
Fruita fresca de temporada
Verdura / Au i amanida / Lacti





Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



de temporada
porro, tomàquet, carbassó, col,
poma Golden, pera Conference,
pruna, nectarina, plàtan, meló, síndria
maire, seitó,
sardina, lluç



6 FESTA

7 KCal 666 / HC 84 / Lip 25 / Prt32

1 KCal 582 / HC 57 / Lip 26 / Prt33

2 KCal 761 / HC 93 / Lip 29 / Prt37

3 KCal 610 / HC 62 / Lip 29 / Prt28



13 KCal 812 / HC 109 / Lip 32 / Prt25
Espirals a la bolonyesa vegetal
Hamburguesa de coliflor de
formatge amb brots d'enciam
Fruita fresca de temporada
Verdura / Vedella i amanida / Lacti

14 KCal 768 / HC 57 / Lip 50 / Prt24
Bròquil i patata
Botifarra fresca de porc
amb samfaina
logurt natural
Arròs / Ou i amanida / Fruita



15 KCal 650 / HC 93 / Lip 22 / Prt25
Arròs amb tomàquet casolà
Pollastre a la llimona
amb ceba i pastanaga
Fruita fresca de temporada
Amanida / Peix i patata / Lacti

16 KCal 649 / HC 77 / Lip 24 / Prt36
Llenties guisades
Trita de formatge
amb enciam i blat de moro
Fruita fresca de temporada
Pasta / Au i amanida / Lacti

17 KCal 668 / HC 56 / Lip 36 / Prt31
Minestra de verdures
Abadejo arrebossat
amb brots d'enciam
Fruita fresca de temporada
Verdura / Prot veg i amanida / Lacti



20 KCal 572 / HC 77 / Lip 26 / Prt12
Espaguetis amb tomàquet
Nuggets de pollastre
amb enciam i blat de moro
Fruita fresca de temporada
Amanida / Peix i verdura / Lacti

21 KCal 688 / HC 93 / Lip 26 / Prt26
Purè de carbassó
Trita de patata i ceba
amb brots d'enciams
Fruita fresca de temporada
Verdura / Prot veg i amanida / Lacti

22 KCal 688 / HC 93 / Lip 26 / Prt26
Arròs amb tomàquet
Burger Cuina&Gestió
amb ceba caramel·litzada
logurt natural
Verdura / Au i amanida / Fruita

23 KCal 761 / HC 100 / Lip 28 / Prt33
Bajoques amb patata
Trita de pernil dolç
amb enciam i olives
Fruita fresca de temporada
Pasta / Porc i amanida / Lacti

24 **sant joan**

20 KCal 572 / HC 77 / Lip 26 / Prt12
Purè de patata
Mandonguilles mixtes
a la jardinera
Fruita fresca de temporada
Verdura / Peix i amanida / Lacti

21 KCal 827 / HC 110 / Lip 33 / Prt27
Macarrons amb salsa de formatge
Palometa guisada
amb tomàquet
logurt natural
Verdura / Au i amanida / Fruita

22 KCal 827 / HC 110 / Lip 33 / Prt27
Coliflor, pastanaga i patata
Pernilets de pollastre
amb varietat d'enciams
Fruita fresca de temporada
Pasta / Vedella i verdures / Lacti

23 KCal 688 / HC 93 / Lip 26 / Prt26
Purè de verdures
Paella mar i muntanya
Fruita fresca de temporada
Amanida / Au i patata / Lacti

