

BETÀNIA PATMOS - Primària

Dieta: BAJA EN COLESTEROL, SENSE CARN NI PEIX

Octubre - 2021

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

2

3

4

5

ESPIRALS AMB ALLADA
OUS REMENATS
FRUITA

6

7

8

9

10

LLENTIES (ECOLÒGIC) ESTOFADES AMB PATATA
TOFU A LA PLANXA
ENCIAM I COGOMBRE
IOGURT NATURAL

MACARRONS INTEGRALS AMB TOMÀQUET
TRUITA FRANCESA
ENCIAM I COL LLOMBARDA
FRUITA

CREMA DE CARBASSÓ
MONGETES BLANQUES A LA VINAGRETA
IOGURT NATURAL

SOPA DE PASTA AMB PASTANAGA
CIGRONS AMB VERDURES
FRUITA

ARRÒS AMB VERDURES
OUS REMENATS
AMANIDA D' ENCIAM, BLAT DE MORO,
BROTS DE MONGETES I PASTANAGA
FRUITA

11

12

13

14

15

FESTIU

FESTIU

CREMA DE MONGETA BLANCA (ECOLÒGIC)
TRUITA FRANCESA
RODANXES DE TOMÀQUET NATURAL
IOGURT NATURAL

GALETS AMB TOMÀQUET
MINESTRA DE VERDURES
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

ARRÒS AMB VERDURES
TOFU AMB SALSAS DE TOMÀQUET
FRUITA

16

17

18

19

20

LLENTIES (ECOLÒGIC) GUISADES AMB PASTANAGA CONFITADA I JENGIBRE
TRUITA FRANCESA
TOMÀQUET A DAUS
IOGURT NATURAL

ARRÒS AMB TOMÀQUET I ORENGA
MINESTRA DE VERDURES
AMANIDA VERDA
FRUITA

SOPA DE PASTA AMB PASTANAGA
CIGRONS (ECOLÒGIC) AMB SALSAS BOLONYESA VEGETAL
IOGURT NATURAL

CREMA DE MONGETES AMB CARABASSA
REMENAT DE XAMPINYONS
FRUITA

FIDEUÀ AMB VERDURES
PÈSOLS AMB CEBA
VERDURES SALTADES I SOIA
FRUITA

21

22

23

24

25

CREMA DE LLEGUMS (ECOLÒGIC)
TRUITA FRANCESA
TOMÀQUET AMANIT
IOGURT NATURAL

MONGETES TENDRES AMB PATATES
EMPANADA AMB SAMFAINA
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

PAELLA AMB VERDURES
TRUITA FRANCESA
ENCIAM I OLIVES
IOGURT NATURAL

CREMA DE PASTANAGA, CEBA I PATATES
HAMBURGUESA VEGETAL
FRUITA

MACARRONS (INTEGRALS) AMB ALLADA
TOFU AMB SALSAS DE VERDURES
IOGURT NATURAL

Observacions: "No utilitzar ingredients que continguin l'al·lergen no tolerat (llegir l'etiquetatge) i evitar la contaminació creuada durant el procés."

Et donem la benvinguda
al nostre menjador
escolar segur!

Comença
amb un bon
ESMORZAR



Pa, cereals o
derivats



Llet o
derivats

Fruita fresca
i hortalisses



Si hem dinat:	Podem Sopar:
Cereals, fècules o llegums	Hortalisses crues o llegums cuits
Verdures	Cereals o fècules
Carn	Peix o ou
Peix	Carn magra o ou
Ou	Peix o carn magra
Fruita	Làctics o fruita
Làctics	Fruita

Estem preparats per garantir
la seguretat dels nens i nenes a
l'aula menjador.

ELS GUARDIANS DE LA SALUT



2

Desenvolupem i implantem els nostres
protocols de seguretat i prevenció
verificats per Bureau Veritas
Certification.



BUREAU
VERITAS

3

El benestar de totes les
famílies és la nostra prioritat.

Notes:

Empresa adherida al Pla de col·laboració per a la millora de la composició alimentària i begudes 2020.
En cas d'al·lèrgies o intoleràncies, procurar mantenir una bona alimentació substituint aliments no tolerats per altres dins de la mateixa família.

La nostra empresa sotmet a congelació el peix que es vagi a consumir cru o poc fet, segons estableix el RD 1420/2006. D'acord amb l'establert al RE 1169/2011, la cuina disposa d'informació sobre el contingut en al·lèrgens dels menús elaborats.


Scolarest