

DILLUNS
DIMARTS
DIMECRES
DIJOUS
DIVENDRES
02

Amanida de lleties amb pebrot vermell,
cogombre i pastanaga
Nuggets de pollastre
Enciam i blat de moro
Pa blanc/integral i Fruita fresca
628,5Kcal - Prot:22,7g - Lip:25,6g - HC:70,8g
AGS:4,9g - Sucres:20,0g - Sal:2,0g

09

Crema de llegums (mongeta blanca)
Contraçuixa de pollastre al forn
Enciam i tomàquet
Pa blanc/integral i Fruita fresca
626,3Kcal - Prot:23,2g - Lip:28,3g - HC:64,3g
AGS:3,9g - Sucres:15,0g - Sal:1,8g

16

Espirals gratinats amb tomàquet i formatge
Seitons arrebossats
Enciam i olives
Pa blanc/integral i Fruita fresca
571,0Kcal - Prot:28,9g - Lip:16,0g - HC:76,4g
AGS:3,1g - Sucres:17,8g - Sal:1,5g

23

JORNADA DELTA DE L'EBRE
Arròs negre
Calamars a la romana amb bajoques
saltejades
Pa blanc/integral i Natilles

30

Arròs tres delícies
Cinta de llonga a la planxa
Enciam i tomàquet
Pa blanc/integral i Fruita fresca
619,9Kcal - Prot:33,5g - Lip:22,6g - HC:68,2g
AGS:5,7g - Sucres:14,7g - Sal:1,9g

03

Crema d'estiu (mongeta verda, carbassó i
pastanaga)
Hamburguesa mixta a la planxa
Patates xips
Pa blanc/integral i Fruita fresca
530,2Kcal - Prot:13,7g - Lip:18,7g - HC:70,6g
AGS:2,8g - Sucres:18,1g - Sal:2,8g

10

Macarrons al pesto
Hamburguesa vegetal
Enciam i olives
Pa blanc/integral i Fruita fresca
696,5Kcal - Prot:19,8g - Lip:37,6g - HC:62,1g
AGS:9,5g - Sucres:16,0g - Sal:1,9g

17

Lleties amb verdures
Truita francesa
Enciam i pastanaga
Pa blanc/integral i Fruita fresca
579,4Kcal - Prot:18,6g - Lip:9,2g - HC:102,4g
AGS:1,6g - Sucres:19,4g - Sal:1,4g

24

Lleties amb verdures
Truita de patata i ceba
Rodes de tomàquet i olives negres
Pa blanc/integral i Fruita fresca
620,2Kcal - Prot:34,5g - Lip:13,5g - HC:86,9g
AGS:2,5g - Sucres:16,4g - Sal:1,7g

31

Vichyssoise amb crostons
Crestes de tonyina al forn
Enciam i cogombre
Pa blanc/integral i logurt natural
607,6Kcal - Prot:21,1g - Lip:16,6g - HC:88,6g
AGS:5,9g - Sucres:20,9g - Sal:1,5g

04

Arròs amb verdures
Pollastre al forn
Enciam i cogombre
Pa blanc/integral i Fruita fresca
568,8Kcal - Prot:41,8g - Lip:13,4g - HC:66,2g
AGS:3,6g - Sucres:20,0g - Sal:1,6g

11

Amanida d'arròs
Bacallà gratinat amb flocs de blat de moro i
pastanaga baby
-
Pa blanc/integral i logurt natural
580,3Kcal - Prot:17,8g - Lip:23,7g - HC:71,1g
AGS:3,6g - Sucres:16,4g - Sal:1,3g

18

Amanida Waldorf (patata, enciam, maionesa
i poma)
Pit de pollastre a la planxa
Carbassó arrebossat
Pa blanc/integral i Fruita fresca
537,2Kcal - Prot:32,3g - Lip:20,8g - HC:52,6g
AGS:3,3g - Sucres:16,2g - Sal:1,3g

25

Macarrons amb tomàquet
Lluç a l'andalusa
Enciam i olives
Pa blanc/integral i Fruita fresca
587,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:13,1g - HC:88,7g
AGS:2,0g - Sucres:16,8g - Sal:1,7g

05

Amanida russa
Lluç al forn
Enciam i pastanaga
Pa blanc/integral i logurt natural
638,1Kcal - Prot:23,8g - Lip:21,0g - HC:86,9g
AGS:5,1g - Sucres:21,2g - Sal:1,6g

12

Cigrans amb verdures
Truita de formatge
Enciam i pastanaga
Pa blanc/integral i Fruita fresca
821,7Kcal - Prot:22,6g - Lip:31,6g - HC:103,9g
AGS:7,9g - Sucres:25,4g - Sal:1,1g

19

Arròs amb tomàquet
Botifarra a la planxa
Enciam i cogombre
Pa blanc/integral i logurt natural
614,5Kcal - Prot:27,2g - Lip:33,0g - HC:49,5g
AGS:9,8g - Sucres:22,8g - Sal:3,9g

26

Saltejat de cigrons
Contraçuixa de pollastre al forn
Enciam i pastanaga
Pa blanc/integral i Fruita fresca
589,9Kcal - Prot:26,9g - Lip:14,9g - HC:83,4g
AGS:3,6g - Sucres:20,9g - Sal:1,8g

06

Tallarines napolitana
Truita d'espínacs
Enciam i olives
Pa blanc/integral i Fruita fresca
613,8Kcal - Prot:20,7g - Lip:20,6g - HC:65,2g
AGS:6,8g - Sucres:16,9g - Sal:2,1g

13

Mongetes verdes amb patata
Salsitxes a la planxa
Tomàquet amanit
Pa blanc/integral i Fruita fresca
541,5Kcal - Prot:20,7g - Lip:28,1g - HC:46,9g
AGS:7,5g - Sucres:19,6g - Sal:3,2g

20

Crema de verdures de temporada
Lluç a la planxa
Enciam i tomàquet
Pa blanc/integral i Fruita fresca
643,2Kcal - Prot:23,6g - Lip:27,7g - HC:70,5g
AGS:5,0g - Sucres:19,8g - Sal:3,3g

27

Mongetes verdes amb patata
Mandonguilles a la jardineria
-
Pa blanc/integral i Fruita fresca
603,6Kcal - Prot:23,8g - Lip:32,1g - HC:49,9g
AGS:1,0g - Sucres:18,5g - Sal:1,0g

TORNADA AL COL·LEGI, TORNADA AL MENJADOR. ESPAIS SEGURS I SALUDABLES

serunion®



Al menjador del col·legi, hi hem instaurat un nou protocol per complir amb les noves normatives de seguretat i de salut.

1 Hem desenvolupat un protocol d'actuació únic que ha rebut la certificació AENOR i tot el nostre personal n'ha rebut formació específica.

2 Apliquem totes les mesures per poder mantenir el **distanciament de seguretat** i evitar el contacte.

3 Els nostres menús estan elaborats per nutricionistes i compleixen protocols de **seguretat alimentària** rigorosos.

Per a més informació, visiteu el web del col·legi

RECOMANADOR DE SOPARS

DINAR

pasta/arròs + carn
pasta/arròs + peix
pasta/arròs + ou

SOPAR

verdura + peix
verdura + ou
verdura + carn

verdura + carn
verdura + peix
verdura + ou

pasta/arròs + peix
pasta/arròs + ou
pasta/arròs + carn

llegums + carn
llegums + peix
llegums + ou

verdura + peix
verdura + ou
verdura + carn



fruita



lacti



lacti



fruita

SERVEI D'ATENCIÓ
NUTRICIONAL PER A FAMÍLIES

902 360 030

nutricion360@serunion.elior.com

www.serunion-educa.com

Entitats col·laboradores:

