



FRESCAT

MENÚ MES DE MAIG 2025 HALAL



COL·LEGI JESÚS-MARIA
 Florenci Valls, 104 08700 IGUALADA
 Tel. 93 803 22 49 escola@jesus-maria.cat
 www.jesus-maria.cat
 Escola Concertada pel Departament d'Ensenyament de la Generalitat de Catalunya.

| Setmana | DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|--|---|---|---|--|
| kcal:3991 hidrats(gr):265 lipids(gr):156 proteines:135 (gr) del5al11 | Lenties de proximitat amb verdures Hamburguesa de coliflor i formatge amb olives i amanida Fruita de temporada | Espirals de proximitat amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn amb verdures Fruita de temporada | Crema de carbassó de proximitat Truita de patates amb mesclum d'enciams Fruita de temporada | Mongeta verda i patata de proximitat Farcellets de verdures amb amanida i blat de moro Fruita de temporada | Arròs amb tomàquet de proximitat Croquetes de cigrons amb enciam i olives logurt natural |
| kcal:3992 hidrats(gr):264 lipids(gr):155 proteines:134,5 (gr) del12al18 | Arròs a la Napolitana Hamburguesa de verdura amb enciam i pastanaga tallada Fruita de temporada | Crema de carbassa de proximitat Bunyols de bacallà amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada | Macarrons de proximitat amb tomàquet i formatge ratllat Truita francesa amb mesclum d'enciams Fruita de temporada | Cigrons cuits (Casa Martí) Filet de llenguado al forn amb daus de carbassó Fruita de temporada | Escudella casolana pasta petita proximitat Bastonets de lluç amb patates xef de proximitat logurt natural |
| kcal:3989 hidrats(gr):263 lipids(gr):154 proteines:134 (gr) del 19al25 | Mongeta verda i patata de proximitat Croquetes de bacallà amb mesclum d'enciams de proximitat Fruita de temporada | Arròs amb tomàquet de proximitat Cueta de rap al forn amb daus de pastanaga i pesols Fruita de temporada | Lenties de proximitat amb verdures Hamburguesa de verdures amb amanida i olives sense pinyol Fruita de temporada | Brou casolà proximitat amb pasta petita Farcellets de verdures amb patates xef de proximitat Fruita de temporada | Fideuà amb peix Truita francesa amb xampinyons de proximitat Crep de xocolata |
| kcal:3988 hidrats(gr):263 lipids(gr):154 proteines:134 (gr) del26al31 | Crema de pastanaga de proximitat Truita de patates amb mesclum d'enciams Fruita de temporada | Amanida russa de proximitat Farcellets de verdures amb amanida i olives Fruita de temporada | Arròs tres delícies Hamburguesa de verdura amb amb enciam i pastanaga Fruita de temporada | Mongetes seques de proximitat Crestes de tonyina amanida i blat de moro Fruita de temporada | Espaguetis de proximitat amb tomàquet i formatge ratllat Filet de lluç amb xips logurt natural |

MENUS SUPERVISATS PER LABORATORIS COBAC SA. Dietista i Nutricionista Sra. Sepsi Aiguadé

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Taronja - Platan - Kiwi - Maduixes - Meló - Pressec - Sindria

Les verdures i hortalisses són aliments rics en vitamines, sals minerals i fibra. Imprescindibles per al bon creixement.