



Alimentació Escolar Saludable

DIETA SENSE PEIX NI MARISC

MARÇ 2020

CIBUS

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<p>2</p> <p>Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pebrot i llozer)</p> <p>Magra d'au arrebossada casolana</p> <p>amb enciam i cogombre</p> <p>¹Fruita de temporada/ ²Pa</p>	<p>3</p> <p>Mongeta verda bullida amb patata</p> <p>Cap de lllom</p> <p>amb verdures (ceba, pastanaga i carbassó)</p> <p>¹Fruita de temporada/ ²Pa</p>	<p>4</p> <p>Arròs caldós amb verdures (pèsols, pebrot i ceba) (sense peix ni marisc)</p> <p>Remenat d'ou</p> <p>amb enciam tres colors</p> <p>¹Fruita de temporada/ ²Pa</p>	<p>5</p> <p>Sopa vegetal amb pasta (sense peix ni marisc)</p> <p>Pollastre a la planxa</p> <p>amb enciam, blat de moro i soja</p> <p>loqurt natural/ ²Pa</p>	<p>6</p> <p>Cigrons amb bledes</p> <p>Truita francesa</p> <p>amb enciam, pastanaga i blat de moro</p> <p>¹Fruita de temporada/ ²Pa</p>
<p>9</p> <p>Sopa de brou amb verdures</p> <p>Pit de pollastre a la planxa</p> <p>amb patates fregides</p> <p>¹Fruita de temporada/ ²Pa</p>	<p>10</p> <p>Espaguetis amb verdures (sense peix, marisc ni derivats)</p> <p>Remenat de carbassó</p> <p>amb enciam, pastanaga i soja</p> <p>loqurt natural/ ²Pa</p>	<p>11</p> <p>Mongetes blanques amb sofregit</p> <p>Estofat de gall dindi al forn</p> <p>amb pastanaga i bolets</p> <p>¹Fruita de temporada/ ²Pa</p>	<p>12</p> <p>Arròs a la cubana amb ou dur</p> <p>Botifarra de porc a la planxa</p> <p>amb enciam i cogombre</p> <p>¹Fruita de temporada/ ²Pa</p>	<p>13</p> <p>Coliflor amb patates bullides</p> <p>Truita jardineria</p> <p>amb enciam, api i blat de moro</p> <p>¹Fruita de temporada/ ²Pa</p>
<p>16</p> <p>Paella de garrofó i carxofes (sense peix marisc ni derivats)</p> <p>Mandonguilles de vedella a la jardineria (sense peix, marisc ni derivats)</p> <p>¹Fruita de temporada/ ²Pa</p>	<p>17</p> <p>Mongeta tendra amb patates</p> <p>Pollastre arrebossat</p> <p>amb enciam i cogombre</p> <p>¹Fruita de temporada/ ²Pa</p>	<p>18</p> <p>Llenties estofades de l'avia (tomàquet, xoriço i pebrot)</p> <p>Remenat d'ou</p> <p>amb enciam, blat de moro i col lombarda</p> <p>¹Fruita de temporada/ ²Pa</p>	<p>19</p> <p>Brou casolà vegetal amb fideus</p> <p>Estofat de gall dindi</p> <p>amb arròs saltat</p> <p>*Natilles/ ²Pa</p>	<p>20</p> <p>Macarrons amb formatge</p> <p>Truita d'espinacs</p> <p>amb enciam i tomàquet</p> <p>¹Fruita de temporada/ ²Pa</p>
<p>23</p> <p>Crema de porro</p> <p>Hamburguesa vegetal amb xips de verdura casolans (sense peix, marisc ni derivats)</p> <p>amb enciam, pastanaga i soja</p> <p>Arròs amb llet/ ²Pa</p>	<p>24</p> <p>Fideus amb verdures (sense peix, marisc ni derivats)</p> <p>Remenat d'ou</p> <p>amb enciam, api i blat de moro</p> <p>¹Fruita de temporada/ ²Pa</p>	<p>25</p> <p>Verdura tricolor bullida (patata, pastanaga i mongeta tendra)</p> <p>Salsitxes de porc</p> <p>amb samfaina</p> <p>¹Fruita de temporada/ ²Pa</p>	<p>26</p> <p>Cigrons saltats amb verdures (pebrot, pastanaga i ceba)</p> <p>Truita de patates</p> <p>amb enciam, tomàquet i formatge</p> <p>¹Fruita de temporada/ ²Pa</p>	<p>27</p> <p>Arròs blanc amb tomàquet</p> <p>Pizza de verdures (sense peix, marisc ni derivats)</p> <p>amb enciam, blat de moro i col lombarda</p> <p>¹Fruita de temporada/ ²Pa</p>
<p>30</p> <p>Espirals amb verdures (sense peix, marisc ni derivats)</p> <p>Estofat de porc</p> <p>amb enciam tres colors</p> <p>¹Fruita de temporada/ ²Pa</p>	<p>31</p> <p>Bledes amb patata</p> <p>Pollastre arrebossat</p> <p>amb enciam, blat de moro i soja</p> <p>¹Fruita de temporada/ ²Pa</p>	<p>LLEGENDA</p> <p>¹FRUITA I VERDURA DE TEMPORADA</p> <p>² PA BLANC I PA INTEGRAL</p> <p>Menú sense crustacis: gamba, llagostí...</p> <p>Menú sense mol·luscs bivalves: musclo, cloïsses, rossellones...</p> <p>Menú sense mol·luscs cefalòpodes: calamar, sípia, pop...</p> <p>Menú sense peix</p>	<p>LLEGENDA</p> <p>LA PERSONA RESPONSABLE DE L'ELABORACIÓ DELS PLATS HA DE VERIFICAR QUE ELS MENÚS D'AL·LÈRGIES I INTOLÈRANCIES ALIMENTÀRIES NO CONTENEN CAP PRODUCTE PRECUINAT, CONDIMENTAT, ARREBOSSAT COMERCIAL O QUALSEVOL ALTRE QUE PUGUI CONTENIR ELS AL·LÈRGENS I/O ALIMENTS NO PERMESOS</p>	<p>ALIMENT CONVIDAT DEL MES:</p> <p>api</p> <p>CIBUS 2000 COL·LECTIVITATS, S.L. Avinguda Meridiana 354, 2n AB - 08027 (Barcelona) -</p>