

## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES



Revisat per Laia Torrelles, Diplomada en Nutrició i dietètica. Col·legiada nº CAT001125

01

Bròquil saltejat amb patates  
Llacets amb tomàquet i tonyina  
Pa blanc/integral i Fruita fresca

02

Pèsols saltejats amb patates  
Truita de carbassó  
Enciam i pastanaga  
Pa blanc/integral i Fruita fresca

03

Sopa d'au amb fideus  
Bacallà al forn amb all i julivert  
Patates panaderes al forn  
Pa blanc/integral i Fruita fresca

06

**FESTIU**

07

Gaspatxo  
Pernilets de pollastre al forn amb herbes provençals  
Patates panaderes al forn  
Pa blanc/integral i Fruita fresca

08

Paella de verdures  
Truita francesa  
Enciam i pastanaga  
Pa blanc/integral i logurt de soja

09

Espirals amb tomàquet  
Filet de lluç a la planxa  
Enciam i olives  
Pa blanc/integral i Fruita fresca

10

Mongetes tendres amb patates al vapor  
Carn magra a la planxa  
Tomàquet amanit  
Pa blanc/integral i Fruita fresca

13

Arròs a l'hortolana  
Pit de pollastre al forn  
Enciam i tomàquet  
Pa blanc/integral i logurt de soja

14

Minestra de verdures saltejades  
Fideuà de marisc  
Pa blanc/integral i Fruita fresca

15

Empedrat de mongetes  
Truita francesa  
Enciam i blat de moro  
Pa blanc/integral i Fruita fresca

16

Coliflor amb ajoarriero  
Bacallà al forn amb samfaina  
Patates fregides  
Pa blanc/integral i Fruita fresca

17

Crema Saint Germain  
Cinta de llom a la planxa  
Tomàquet i olives  
Pa blanc/integral i Fruita fresca

20

Arròs amb salsa de tomàquet  
Truita francesa  
Enciam i olives  
Pa blanc/integral i Fruita fresca

21

Cigrons bullits  
Filet de lluç a la planxa  
Enciam i pastanaga  
Pa blanc/integral i Fruita fresca

22

**DINAR ESPECIAL  
FINAL DE CURS**

23

24

27

28

29

30

**BONES  
VACANCES  
A TOTS!**

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

Hostesa



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		SOPAR	
pasta/arròs	+  carn	verdura	+  peix
pasta/arròs	+  peix	verdura	+  ou
pasta/arròs	+  ou	verdura	+  carn
verdura	+  carn	pasta/arròs	+  peix
verdura	+  peix	pasta/arròs	+  ou
verdura	+  ou	pasta/arròs	+  carn
llegums	+  carn	verdura	+  peix
llegums	+  peix	verdura	+  ou
llegums	+  ou	verdura	+  carn
fruita		lacti	
		lacti	fruita

@hostesa

www.hostesa.com

### Entitats col·laboradores:



**AENOR**  
PROTOCOLO  
FRENTE AL COVID-19  
HOSTESA