

### DILLUNS

### DIMARTS

### DIMECRES

### DIJOUS

### DIVENDRES



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

01

**FELIÇ ANY NOU !!!**

04

05

06

07

08

**FESTIU**

11

Macarrons amb tomàquet  
Cinta de llom a la planxa  
Enciam i tomàquet  
Pa integral i pOMA

12

Mongetes amb patates amb oli d'oliva  
Filet de lluç a la planxa  
Enciam, tomàquet i olives  
Pa i logurt natural

13

Mongetes tendres amb patates al vapor  
Pit de pollastre al forn  
Patates fregides  
Pa integral i Banana

14

Crema de carbassó  
Llenties amb arròs integral  
Pa i Mandarina

15

Sopa d'au amb arròs  
Vedella amb salsa de pastanagues  
Enciam i olives  
Pa integral i Pera

18

Arròs amb verdures  
Cinta de llom a la planxa  
Enciam i pastanaga  
Pa integral i Poma

19

Crema de carbassa  
Mongetes amb patates amb oli d'oliva  
Pa i Banana

20

Pèsols saltejats amb patates  
Bacallà a l'andalusa  
Enciam i blat de moro  
Pa integral i Mandarina

21

Sopa d'au amb pistons  
Vedella amb salsa de pastanagues  
Enciam i tomàquet  
Pa i logurt natural amb fruita fresca

22

Timbal de patata i moniato  
Cuixetes de pollastre amb salsa amb xampinyons  
Pa integral i Pera

25

Espaguetis amb espinacs  
Cinta de llom a la planxa  
Ceba caramel·litzada  
Pa integral i Banana

26

Crema de cigrons  
Filet de lluç a la planxa  
Enciam i pastanaga  
Pa i Poma

27

Arròs amb salsa de tomàquet  
Pit de pollastre al forn  
Enciam i olives  
Pa integral i logurt natural

28

Mongetes tendres amb allada  
Filet de vedella a la planxa  
Patates fregides  
Pa i Mandarina

29

Llenties amb verdures  
Nugget de bròquil i formatge  
Enciam i tomàquet  
Pa integral i Pera

# 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:

