



PROGRAMACIÓ DE MENÚS DEL MES DE JULIOL "CASALS D'ESTIU - 2015"

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
22	23	24	25	26
Macarrons amb salseta de tomàquet Escalopes a la milanesa enciam, pastanaga blat de moro, olives fruita	Vichyssoise "crema tèbia de porros" Mandonguilles de vedella a la jardinera *fruita del temps	FESTA	Arròs tres delícies Pollastre al fungi (al forn amb xampinyons) Patates xips fruita	Fideuà Delícies de lluç enciam, pastanaga, llombarda, olives gelat
29	30	1	2	3
Arròs amb salseta de tomàquet Anelles de calamar a la planxa amb patates fruita	Llenties casolanes Ous amb beixamel enciam, pastanaga, blat de moro, olives fruita	Mongeta amb patates Pinxos de gall dindi Amanida fruita	Espaguetis carbonarà Croquetes de pollastres amanida fruita	Amanida Alemanya Hamburgueses de vedella al forn amb salseta de tomàquet Iogurt de llimona
6	7	8	9	10
Fideuà de la casa Lluç empanat amanida variada fruita	Arròs amb salsa de tomàquet Pit de pollastre a la planxa Amanida fruita	Mongetes blanques bullides saltejades amb bacó Nuggets de pollastre amanida, fruita	*Verdura del temps Saltejada amb pernil salat Salsitxes del país al forn amb ceba *pebrot *fruita de temporada	*Amanida Catalana Pizza de la casa "mozzarella, tomàquet i pernil dolç" gelat
13	14	15	16	17
Espaguetis a la Napolitana Lluç al forn amb salseta verda "julivert i pebrot verd" fruita	Llenties casolanes Croquetes de Pollastre enciam, pastanaga, llombarda, olives fruita	Arròs tres delícies Cuixa de pollastre al forn Xips *fruita de temporada	Mongeta tendra amb patates Ous amb beixamel enciam, pastanaga, blat de moro, olives	Amanida de Italiana "pasta, pernil dolç tomàquet, blat de moro pizza de tonyina iogurt natural ensucrat
20	21	22	23	24
Arròs campero Escalopes de pollastre amanida fruita	Fideuà Truita de carbassó enciam, pastanaga, blat de moro, olives *fruita de temporada	*Saltejat de verdures "diferents mongetes tendres amb patates i bacó" Pollastre al fungi (al forn amb xampinyons) Patates xips fruita	Espaguetis amb salsa de tomàquet Anella tova de calamar a la planxa amb patates dau i picada de julivert fruita	Amanida alemanya "Frankfurt, maionesa, patates" Pizza de la casa "mozzarella, tomàquet i pernil dolç" gelat, vainilla i xocolata
27	28	29	30	31
Arròs amb salsa de tomàquet Delícies de lluç enciam, pastanaga, blat de moro, olives fruita	Vichyssoise "crema tèbia de porros" Mandonguilles de vedella a la jardinera (pastanaga, mongeta verda, pèsols)	Mongeta tendra amb patates Pernilets de pollastre al forn amb allada i xips fruita	Llenties casolanes Ous amb beixamel enciam, pastanaga, blat de moro, olives fruita	CLOENDA DE CASAL Pizza margarida "amb pernil dolç" croquetes i mini frankfuts gelat, vainilla i xocolata
PROGRAMACIÓ DE MENUS DE DIETES				
Pasta bullida , pernil dolç planxa i fruita	Arròs bullit, pit pollastre a la planxa i fruita	Patates i pastanaga bullida i lluç al forn i fruita	Pasta bullida , pernil dolç planxa i fruita	Arròs bullit, pit pollastre a la planxa i fruita



El menú del Petit

SERVEI DE GESTIÓ DE MENJADORS ESCOLARS

QUÈ SOPEM AVUI?

Ara us donarem unes pautes per l'hora de sopar. Tenint en compte que és l'últim àpat del dia, hem de fer revisió del que s'hauria de menjar.

SI HEM DINAT:

Llegums, cereals o farinacis

Làctics

Ous

Fruita

Peix

Verdures

Carn

HAURIEM DE SOPAR:

Verdures o hortalisses

Fruita

Peix o carn

Làctics o fruita

Ous o carn

Farinacis o cereals

Ous o peix

RACIONS RECOMENADES A LA SETMANA PER PERSONA

OUS / 1 O 2 Dies a la setmana.

PEIX / 3 O 4 Dies a la setmana.

CARNS/ 2 O 3 Dies a la setmana.

POSTRES/ alternarem làctics i fruita " si pot ser sempre de temporada i proximitat "

Composició dels nostres sofregits, salses i amanides:

Amanida campera: patates, olives verdes, tomàquet, tonyina, oli d'oliva, vinagre i sal.

Amanida variada: enciam, tomàquet, blat de moro, pastanaga ratllada, olives i oli d'oliva.

Sofregit de verdureta: pebrot vermell, tomàquet, ceba, sal, oli d'oliva.

Salsa de tomàquet: tomàquet, ceba, pastanaga, all, sal, oli d'oliva.

Salsa carbonara: sal, oli d'oliva, llet, xampinyons, bacó i farina.

Salsa bolonyesa: tomàquet, carn de vedella, ceba, oli, sal i herbes provençals.

Salsa pesto: pinyons, nous, alfàbrega, alls, sal, oli d'oliva verge i sal.

Salseta verda: brou de peix, ceba, alls, oli de gira-sol, pèsols, vi blanc, julivert i sal.

Salseta de carn: bresa de verdures (ceba, porro, pastanaga, tomàquet) aigua, midó i sal.

Jardinera: mongeta verda, pastanaga, patata, pèsols, oli de gira-sol, aigua, tomàquet, espècies i sal.

El menú del Petit, S.L.L. C/ Canonge Doctor Auguet, 14 08840 Viladecans - tel. 93 637 7850 - fax 93 659 3262
info@elmenudelpetit.es - www.elmenudelpetit.es