Menú Mensual Maig 2025

Parvulari La Salle Horta

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	La Salle Horta	Hostesa Menú revisado por Dietistes-Nutricionistes Col·legiades Dpto. de Nutrición	**01** **FESTIU**	**02** **FESTIU**
05 Crema de verdures de temporada Truita de patata i ceba Enciam i cogombre Fruita fresca de temporada 444,8Kcal - Prot:13,6g - Lip:18,7g - HC:50,9g AGS:3,1g - Sucres:21,1g - Sal:1,5g	**06** Arròs amb salsa de tomàquet Filet d'abadejo a la planxa Enciam i pastanaga ratllada Fruita fresca de temporada 434,4Kcal - Prot:20,7g - Lip:11,0g - HC:60,8g AGS:1,8g - Sucres:16,7g - Sal:1,3g	**07** Bròquil amb patata Mandonguilles a la jardinera Iogurt de proximitat 525,1Kcal - Prot:24,7g - Lip:28,7g - HC:38,6g AGS:11,1g - Sucres:12,7g - Sal:1,9g	**08** Llenties ECO amb arròs Limanda a l'andalusa Amanida de tomàquet Fruita fresca de temporada 501,8Kcal - Prot:30,0g - Lip:14,5g - HC:57,9g AGS:2,1g - Sucres:17,5g - Sal:1,2g	**09** Amanida de pasta ECO (tomàquet daus, pastanaga ratllada i olives) Pollastre a la planxa Carbassó al forn Fruita fresca de temporada 483,2Kcal - Prot:33,4g - Lip:13,3g - HC:54,1g AGS:2,6g - Sucres:18,2g - Sal:1,6g
12 Llenties ECO amb pastanaga Contracuixa de pollastre al forn Amanida de tomàquet i olives Fruita fresca de temporada 496,7Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,4g - HC:45,2g AGS:4,7g - Sucres:13,9g - Sal:1,6	**13** Mongeta tendra, pastanaga i patata Hamburguesa de vedella a la planxa Enciam i cogombre Iogurt de proximitat 420,1Kcal - Prot:35,8g - Lip:16,2g - HC:29,5g AGS:4,5g - Sucres:15,0g - Sal:1,6g	**14** Espirals ECO napolitana Halibut al forn Enciam i blat de moro Fruita fresca de temporada 425,3Kcal - Prot:20,5g - Lip:11,3g - HC:57,0g AGS:1,8g - Sucres:18,3g - Sal:1,3g	**15** Amanida d'arròs (enciam, pastanaga ratllada i formatge fresc) Estofat de gall dindi Fruita fresca de temporada 556,9Kcal - Prot:30,3g - Lip:19,9g - HC:61,8g AGS:4,6g - Sucres:16,6g - Sal:1,3g	**16** Crema de cigrons Truita de carbassó Enciam i pastanaga ratllada Fruita fresca de temporada 519,9Kcal - Prot:22,5g - Lip:21,4g - HC:53,1g AGS:4,4g - Sucres:20,8g - Sal:1,5g
19 Arròs amb pastanaga i pèsols Filet d'abadejo a l'andalusa Enciam i blat de moro Fruita fresca de temporada 482,7Kcal - Prot:21,1g - Lip:14,1g - HC:65,5g AGS:2,1g - Sucres:16,6g - Sal:1,3g	**20** Bròquil saltat amb pastanaga Contracuixa de pollastre al forn Patates panadera al forn Fruita fresca de temporada 499,5Kcal - Prot:33,9g - Lip:22,4g - HC:35,7g AGS:5,0g - Sucres:22,2g - Sal:1,3g	**21** Crema de carbassó Truita de patata i ceba Amanida de tomàquet i cogombre Iogurt de proximitat 410,8Kcal - Prot:14,1g - Lip:21,5g - HC:36,5g AGS:5,0g - Sucres:11,2g - Sal:3,1g	**22** Macarrons ECO a la carbonara Limanda amb salsa de porros Fruita fresca de temporada 532,1Kcal - Prot:30,8g - Lip:17,0g - HC:60,6g AGS:6,8g - Sucres:22,6g - Sal:1,7g	**23** Llenties ECO amb verdures Salsitxes de porc a la planxa Pastanaga ratllada Fruita fresca de temporada 483,7Kcal - Prot:27,2g - Lip:17,1g - HC:50,0g AGS:4,0g - Sucres:20,1g - Sal:1,8g
26 Vichyssoise Pit de pollastre arrebossat Amanida de tomàquet daus Fruita fresca de temporada 558,7Kcal - Prot:31,7g - Lip:25,6g - HC:46,0g AGS:5,4g - Sucres:24,7g - Sal:1,4g	27 Mongeta tendra amb patata Magra de porc amb salsa de tomàquet Fruita fresca de temporada 457,3Kcal - Prot:32,8g - Lip:17,4g - HC:37,4g AGS:4,6g - Sucres:20,4g - Sal:1,0g	**28** Arròs amb salsa de tomàquet Filet de limanda al forn Enciam i formatge fresc Fruita fresca de temporada 452,6Kcal - Prot:22,1g - Lip:12,0g - HC:61,7g AGS:2,4g - Sucres:17,4g - Sal:1,5g	**29** Llenties ECO amb minestra Truita de carbassó Enciam i olives Fruita fresca de temporada 528,2Kcal - Prot:26,0g - Lip:22,5g - HC:50,0g AGS:4,8g - Sucres:16,9g - Sal:1,4g	**30** Amanida de pasta ECO (enciam, pastanaga ratllada i tomàquet daus) Halibut al forn amb salsa de llimona Iogurt de proximitat 419,3Kcal - Prot:27,4g - Lip:12,3g - HC:47,6g AGS:3,4g - Sucres:8,9g - Sal:1,6g