|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **MENÚ NO LACTOSA MAIG** | Un grupo de sandía  Descripción generada automáticamente |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **DILLUNS** | **DIMARTS** | **DIMECRES** | **DIJOUS** | **DIVENDRES** |
| **1 setmana****1 MAIG** | **FESTIU** | **Cigrons guisats****(P:3.17g HC:22.53g L:5.22g)****Hamburguesa de vedella a la planxa amb patatones****(P:21.52g HC:4.76g L:8.70g)****fruita** | **Arròs 3 delícies****(P:3.76g HC:35.80g L:5.81g)****Truita de patates amb amanida variada****(P:22.51g HC:3.83g L:8.97g****Lacti** | **Pasta napolitana****(P:8.75g HC:49.63g L:4.01g)****Contracuixa de pollastre al forn amb daus de pastanaga****(P:20.64g HC:3.18g L:8.24g)****Fruita** | **Mongeta tendra amb patata****(P:17.21g HC:30.22g L:3.53g)****llenguadina amb enciam i blat de moro****Kcal. 229 Ptr. 8.30 Hdc. 21.70 lip. 2.30 Fruita** |
| **2 setmana****8 MAIG** | **Llenties eco estofades****(P:3.21g HC:38.46g L:5.10g)****Contracuixa de gall dindi amb daus de carbassa**P:26.24g HC:18.61g L:8.67g**Fruita** | **Crema de carbassó****(P:3.76g HC:35.80g L:5.81g)****Saltsitxes de porc amb pèsols****Kcal: 230 P:22.74g HC:10.22g L:8.41g****Fruita** | **Pasta napolitana****(P:8.75g HC:49.63g L:4.01g)****Truita amb enciam i olives**(P:10.40g HC:11.52g L:12.30g)**Lacti** | **Arròs amb sofregit de tomàquet natural**(P:4.13g HC:4.22g L:9.07g)**Filet de rosada amb enciam i blat de moro****Kcal. 229 Ptr. 8.30 Hdc. 21.70 lip. 2.30 Fruita** | **Verdura amb patata i rajolí d’oli****(P:17.21g HC:30.22g L:3.53g)****Bistec de vedella amb amanida****(P:23g HC:3.506g L:9)****Fruita**  |
| **3 Setmana****15 MAIG** | **Mongeta blanca estofada eco****(P:15.54g HC:33.71g L:3.98g)****Hamburguesa de vedella amb ceba****150 gr**P:21.35g HC:10.21g L:8.12gfruita | **Sopa de brou vegetal 250 gr**Ptr. 8.15 Hdc. 24.31 lip. 2.42**llenguadina amb enciam i blat de moro****Kcal. 229 Ptr. 8.30 Hdc. 21.70 lip. 2.30 Fruita** | **Pasta amb tomàquet natural**HC:49.63g L:4.01g**Magre al forn amb alberginia****Kcal: 230 P:22.74g HC:10.22g L:8.41g****fruita** | **Arròs caldos****(P:9.51g HC:25.24g L:2.26g )****Contracuixa de gall dindi amb verduretes**P:26.24g HC:18.61g L:8.67g**Fruita** | **Mongeta tendra amb patata****(P:17.21g HC:30.22g L:3.53g)****Truita amb enciam i olives**(P:10.40g HC:11.52g L:12.30g)**Fruita** |
| **4 Setmana****22 MAIG** | **Cigrons guisats****(P:3.17g HC:22.53g L:5.22g)****Bistec de vedella amb amanida****(P:23g HC:3.506g L:9)****Fruita** | **Arròs amb sofregit de tomàquet natural**(P:4.13g HC:4.22g L:9.07g)**Truita de carbassó amb amanida****(P:8.73g HC:30.64g L:14.26g)****Fruita** | **Crema de verdures****(P:3.98g HC:36.14g L:5.22g)****abadejo amb enciam i blat de moro****Kcal. 229 Ptr. 8.30 Hdc. 21.70 lip. 2.30 Fruita** | **Pasta napolitana****(P:8.75g HC:49.63g L:4.01g)****Contra cuixa de pollastre al xilindrò****(P:20.64g HC:3.18g L:8.24g)****Fruita** | **Verdura al vapor****(P:17.21g HC:30.22g L:3.53g)****Salsitxes de porc amb pastanaga dau****Kcal: 230 P:22.74g HC:10.22g L:8.41g****Lacti** |
| **5Setmana****29 MAIG** | **Llenties eco estofades****(P:3.21g HC:38.46g L:5.10g)****llenguadina amb enciam i blat de moro****Kcal. 229 Ptr. 8.30 Hdc. 21.70 lip. 2.30 Fruita** | **Arròs 3 delícies****(P:3.76g HC:35.80g L:5.81g)****Hamburguesa de vedella a la planxa amb patatones****(P:21.52g HC:4.76g L:8.70g)****fruita** | **Pasta a la siciliana 250 gr**Ptr.21.4 Hdc. 39.10 lip 17**Pernilets de gall dindi al forn amb daus de pastanaga 150gr**P:21.35g HC:10.21g L:8.12g |  |  |

**PA I POSTRES (FRUITA DE PROXIMITAT I LÀCTIS VARIATS. REVISAT PER EL DEPARTAMENT DE DIETÈTICA I NUTRICIÓ)**