



endermar



JUNY 2022

ARRIBA L'ESTIU!
Aquest curs ja s'acaba.

Hem compartit junts,
menjars saludables i variats,
que esperem que us hagin agradat.

PER VACANCES
SEGUEIX MENJANT EQUILIBRAT
EL TEU COS NECESSITA
ESTAR BEN ALIMENTAT.

“Plats ben variats faran que de
l'estiu puguis gaudir,
si tots els nutrients el teu cos té,
totes les activitats que vulguis
tindràs l'energia per a fer”.



MENÚ ESPECIAL



INTEGRAL



PA INTEGRAL



DENOMINACIÓ D'ORIGEN



PEIX FRESC



NOVA RECEPTA



PROTEÏNA VEGETAL



ECOLÒGIC



ELABORACIÓ CASOLANA



BENESTAR ANIMAL



KM 0

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



FESTIU

6	7	8	9	10
	(*) Pasta blanca amb salsitxes (*) Truita francesa amb xampinyons (*) logurt natural sense sucre	(*) Puré de patata (*) Cuixa de pollastre al forn amb cuscús logurt sostenible natural sense sucre	(*) Arròs blanc eco amb xampinyons (*) Lluç al forn amb patates (*) logurt natural sense sucre	(*) Mongetes blanques eco bullides (*) Escalopa de llom amb xampinyons (*) logurt natural sense sucre
13	14	15	16	17
(*) Pasta eco amb oli i alfàbrega (*) Lluç arrebossat amb patates (*) logurt natural sense sucre	(*) Cigrons eco bullits (*) Truita francesa amb xampinyons (*) logurt natural sense sucre	(*) Patata bullida amb ou dur (*) Hamburguesa mixta amb arròs logurt sostenible natural sense sucre	(*) Puré de patata (*) Conracuixa de pollastre al forn amb cuscús (*) logurt natural sense sucre	(*) Arròs eco blanc (*) Lluç al forn amb pèsols (*) logurt natural sense sucre
20	21	22		
(*) Llenties eco bullides amb magra (*) Truita francesa amb xampinyons (*) logurt natural sense sucre	(*) Crema de pèsols (*) Salsitxes de porc amb patates fregides (*) logurt natural sense sucre	MENÚ DE FI DE CURS (*) Macarrons eco amb oli i tonyina (*) Pollastre arrebossat amb xips (*) logurt natural sense sucre		

ESCOLA MARE DE DÉU DE L'ASSUMPCIÓ SENSE FRUCTOSA NI SORBITOL

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar. Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós