



Juny 2018

Escola Sagrada Família

En els nostres menús...

Els llegums són de producció ecològica .
 La pasta i l'arròs són de producció ecològica
 Els iogurts són La Fageda. (Producte d'acció social)
 La fruita és variada, de temporada, i de proximitat.
 El pa és integral els dimarts i els dijous
 Les carns de porc, vedella i pollastre són sense al.lergògens i procedeixen de granges catalanes.

DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 29
Amanida de pasta	Arròs a la cubana	Crema de verdures	Macarrons a la bolonyesa	Mongeta tendra amb patata
Calamars a la romana amb amanida	Botifarra a la planxa amb amanida	Pollastre al forn amb patates fregides	Peix arrebossat amb amanida	Croquetes de pernil amb amanida
Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada	Fruita fresca de temporada
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES

Al llarg del dia hauria de menjar...

Sucres	1 ració	Verdures	2 racions	Cereals, patata, arròs, llegums, pa	6 - 7 racions
Làctics	2 - 3 racions	Fruites	3 racions	Ous, carns, aus i peixos	2 racions
				Olis, fruits de pela o similars	2 - 4 racions