Juny 2024

CEIP JAUME I

Diabètic 5 racions

CATERING 45
Enseñar a comer

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
3 Crema de carlota Pollastre al forn amb verdures Amanida de lletu, tomata i maíz Fruita de Temporada *Sopar: Saltat de verdures i peix a la planxa. Fruita.* 517.22 KC 20.96 PR 58.44 HC 19.99 LP 4.07 GS	**4** Potatge de cigrons amb verdures Llom fresc amb samfaina casolana Amanida d'enci.,remol. i olives Fruita de Temporada *Sopar: Crema de coliflor i ou bollit. Fruita.* 899.32 KC 34.76 PR 89.74 HC 39.13 LP 10.79 GS	**5** Arròs a banda Entremesos variats Amanida encisam, carlota i brots soja Fruita de Temporada *Sopar: Espinacs ofegats amb pernil i ensalada. Fruita.* 848.14 KC 36.19 PR 104.60 HC 30.11 LP 10.08	**6** Llentilles ECO a la jardinera Truita de creïlla Amanida Domicili (lech, lom, pep) Gelat *Sopar: Carabasseta a la planxa i pit de pollastre a la* 635.02 KC 29.92 PR 57.34 HC 28.32 LP 7.17 GS	**7** Macarrons alla sorrentina Lluç amb carabassi Amanida d'encis, carlota i remolatxa Fruita de Temporada *Sopar: Faves ofegades i broquetes de verdures i rap. Fruita.* 768.34 KC 37.39 PR 103.30 HC 20.42 LP 5.75 GS
10 Sopa de peix amb pluja Llom aodobat amb carabassa Amanida de tomaca, enci i cogom. Fruita de Temporada *Sopar: Tosta amb hummus i pit de pollastre fines herbes. Fruita* 495.58 KC 18.14 PR 67.32 HC 10.80 LP 4.20 GS	**11** Arròs 3 delícies (titot, trui, pés) Lluç amb carlota saltada Amanida d' encisam. carlota i llomb. Fruita de Temporada *Sopar: Xulla de polit i bròcoli a la planxa. Fruita.* 701.10 KC 22.18 PR 112.86 HC 15.86 LP 2.81 GS	**12** Fesols estofats amb verdures Truita amb carabasseta Amanida d' encisam, remolatxa i dacsa Fruita de Temporada *Sopar: Crema de carlota i magre en salsa. Fruita* 673.61 KC 30.50 PR 53.63 HC 19.48 LP 4.17 GS	**13** Espaguetis al pomodoro amb verd. Cruixent de carn Amanida de l'horta (enci, cogombre, carl) Gelat *Sopar: Verdures al forn i llom a la planxa. Fruita* 751.19 KC 20.12 PR 96.24 HC 30.33 LP 6.97 GS	**14** Olleta alacantina ECO amb verd Hamburguesa amb quetxup Amanida d' encisam, brots soja i dacsa Fruita de Temporada *Sopar: Bledes bollides i pollastre al forn. Fruita* 718.24 KC 32.29 PR 84.66 HC 18.70 LP 1.70 GS
17 Llentilles amb xoriço i verdures Truita amb formatge Amanida mediterrània (enci,tom, espàrr) Fruita de Temporada *Sopar: Pure de verdures i peix a la planxa. Fruita* 723.86 KC 35.34 PR 78.69 HC 25.34 LP 7.03 GS	**18** Espirals a la Toscana Fogoner amb saltat campestre Amanida d' encisam, carlota i olives Fruita de Temporada *Sopar: Broqueta de verdures i regirat d'alls tendres. Fruita* 806.02 KC 30.33 PR 104.31 HC 26.99 LP 6.60 GS	**19** Crema de pésols Magre en salsa amb verdures Amanida encisam, remol. i brots soja Fruita de Temporada *Sopar: Creïlla al forn i albergínia farcida. Fruita* 566.81 KC 29.94 PR 65.97 HC 18.45 LP 4.38 GS	**20** Bullit Valencià Pollastre a la cassola Amanida d' encisam. carlota i llomb. Gelat *Sopar: Xampinyons saltats i peix a la planxa. Fruita* 430.45 KC 19.81 PR 33.10 HC 22.96 LP 6.50 GS	**21** Arròs amb tomaca Combo variat Amanida siciliana (enci, tom, olives) Fruita de Temporada *Sopar: Sopa de sémola i ous al plat. Fruita* 777.29 KC 12.97 PR 122.80 HC 24.11 LP 3.71 GS
24	**25**	**26**	**27**	**28**

Tots els dijous el menú se servirà amb pa integral.

Si s´afig vinagre a l´ensalada contindrà sulfits.

RESSÒ: Llegums procedents de cultiu ecològic

Fruita del temps: pruna, plàtan, poma, meló d'Alger, kiwi, pinya i pera.

Els dilluns/ dimecres/ divendres se servirà

Al·lergògens de declaració obligatòria.