Juny 2024

CEIP JAUME I

Intolerant a la lactosa

CATERING 45
Enseñar a comer

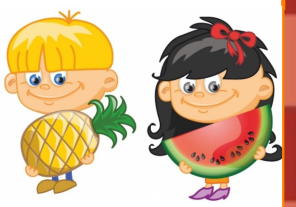
Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
3 **Crema de carlota** **Pollastre al forn amb verdures** Amanida de lletu, tomata i maíz Fruita de Temporada *Sopar: Saltat de verdures i peix a la planxa. Fruita.* 517.22 KC 20.96 PR 58.44 HC 19.99 LP 4.07 GS	**4** **Potatge de cigrons amb verdures** **Llom 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** **Rotllets de polit i formatge amb verdures** Amanida encisam, carlota i brots soja Fruita de Temporada *Sopar: Espinacs ofegats amb pernil i ensalada. Fruita.* 649.42 KC 27.89 PR 107.82 HC 10.02 LP 1.51 GS	**6** **Llentilles ECO a la jardinera** **Truita de creïlla** Amanida Domicili (lech, lom, pep) Gelat sense lactosa *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.* 693.34 KC 30.27 PR 103.28 HC 15.26 LP 2.59 GS
10 **Sopa de peix amb pluja** **Llom fresc amb carabassa** Amanida de tomaca, enci i cogom. Fruita de Temporada *Sopar: Tosta amb hummus i pit de pollastre fines herbes. Fruita* 603.20 KC 23.50 PR 61.40 HC 26.89 LP 9.27 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.** **Filet empanat casolà** Amanida de l'horta (enci, cogombre, carl) Gelat sense lactosa *Sopar: Verdures al forn i llom a la planxa. Fruita* 853.59 KC 30.02 PR 81.16 HC 43.27 LP 14.87 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 francesa** Amanida mediterrània (enci,tom, espàrr) Fruita de Temporada *Sopar: Pure de verdures i peix a la planxa. Fruita* 704.34 KC 31.78 PR 78.69 HC 24.76 LP 5.74 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 sense lactosa *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** **Filet empanat casolà** Amanida siciliana (enci, tom, olives) Fruita de Temporada *Sopar: Sopa de sémola i ous al plat. Fruita* 945.29 KC 25.32 PR 113.09 HC 40.96 LP 12.59
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.