



Mmmm! Que bo... Els teus menús per a

Abril 2026

Menú escolar



Safra Safor
Restauració Col·lectiva

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
		<p>1</p> <p>ENSALADA ESPECIAL AMB ENCIAM, TOMACA, CARLOTA, OLIVES, DACSA, TONYINA I OU BULLIT</p> <p>FIDEUÀ AMB GALLINETA, CAP DE RAP, CALAMARS I CLÒTXINES</p> <p>MONA DE PASCUA CASERA AMB XOCOLATINA</p> <p>CEIAT I PÀ</p> <p>A 1,2,3,4,5,7,8,9,10,12,*</p>	2	3
6	7	8	9	10
13	14	15	16	17
20	21	22	23	24
27	28	29	30	

Al·lèrgens A 1. Làctics 2. Cacauets 3. Soja 4. Gluten 5. Ou 6. Api 7. Crustacis 8. Mol·luscos 9. Peix 10. Fruits amb corfa 11. Sulfit 12. Mostassa 13. Sèsam 14. Tramussos **Colorant alimentari***

* Conté colorant alimentari. Pot tindre efectes negatius sobre l'activitat i atenció dels xiquets.



Valoració nutricional

Per portar un estil de vida saludable hem de tindre una alimentació equilibrada, en la qual, els diferents tipus de nutrients tinguen presència en una determinada quantitat o percentage. A continuació et mostrem un resum de les proporcions de proteïnes, carbohidrats i greixos dels aliments que prenem durant els menjars d'aquest menú.

Dia del mes	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Carbohidrats	106													70	92	68	100			80	57	49	64	87			93	86	55	94	
Proteïnes	39													19	18	27	39			22	33	19	31	38			13	20	22	32	
Greixos	26													15	26	23	25			21	20	18	30	31			13	13	20	21	
Calories	834													501	677	599	779			605	544	442	674	796			549	557	497	694	

Aquest mes comentarem les qualitats de...

