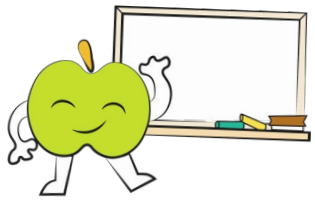
escola bressol VERDAGUER

amb el suport del Departament d'Educació i Formació Professional
Generalitat de Catalunya
Departament d'Educació i Formació Professional

Maig 2025

Ausolan.

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
			1 **FESTIU**	2 Prt. 23 HC. 74 Lip. 21 Kcal. 554 Arròs amb hortalisses Pollastre al forn amb aromàtiques Amb patata panadera Fruita del temps Amanida/prot.vegetal/làctic
5 Prt. 49 HC. 85 Lip. 29 KCal. 576 Minestra de verdures Llenties guisades Fruita del temps **i per la nit:** Verdura/au+patata/làctic	6 Prt. 18 HC. 66 Lip. 36 Kcal. 548 Macarrons amb verdura Truita francesa Enciam i olives Fruita del temps Verdura/peix+amanida/fruita	7 Prt. 28 HC. 77 Lip. 12 Kcal. 506 Sopa d'au amb fideus Pollastre a la farigola Amb patata panadera Fruita del temps Amanida/prot.vegetal/làctic	8 Prt. 21 HC. 80 Lip. 25 Kcal. 624 Coliflor amb patata Lluç a la vizcaina Iogurt natural Verdura/porc+llegums/làctic	9 Prt. 18 HC. 90 Lip. 14 Kcal. 533 Arròs amb tomàquet Rodó de gall dindi amb poma Fruita del temps Amanida/ou+patata/làctic
12 Prt. 45 HC. 88 Lip. 49 Kcal. 558 Espaguetis amb tomàquet Salmó a la taronja Amb pastanaga Fruita del temps **per la nit:** Amanida/prot.vegetal/làctic	13 Prt. 25 HC. 59 Lip. 19 Kcal. 503 Pure de porro Pernilets de pollastre amb allada Enciam i tomaquet Fruita del temps Llegums/ou+amanida/làctic	14 Prt. 13 HC. 88 Lip. 33 Kcal. 593 Arròs amb hortalisses Truita de carbassó Enciam i olives Iogurt natural Verdura/peix+patata/làctic	15 Prt. 30 HC. 78 Lip. 53 Kcal. 599 Fesols amb amb pebrot i pastanaga Llonganissa Ceba confitada Fruita del temps Verdura/au+amanida/fruita	16 Prt. 20 HC. 67 Lip. 21 KCal. 525 Bajoques amb patata Mandonguilles de soja salsa de tomàquet Fruita del temps Amanida/vedella+verdura/fruita
19 Prt. 32 HC. 70 Lip. 12 Kcal. 501 Minestra de verdures Mandonguilles de vedella amb bolets Fruita del temps **i per la nit:** Amanida/ou+cereal/làctic	20 Prt. 21 HC. 79 Lip. 15 Kcal. 515 Arròs amb tomàquet Lluç amb salsa verda Fruita del temps Verdura/ou i creïlla/fruita o iogurt	21 Prt. 31 HC. 74 Lip. 25 KCal. 531 Bròquil amb patates Cigrons amb carbassó Fruita del temps Amanida/au+verdura/fruita	22 Prt. 12 HC. 79 Lip. 28 Kcal. 594 Llacets amb olives negres, alfàbrega i tomàquet Rodanxa de lluç a la romana Enciam i cogombre Iogurt natural Verdura/prot.vegetal/làctic	23 Prt. 25 HC. 51 Lip. 23 Kcal. 499 Patates estofades amb verdures Cuixa de pollastre al forn Enciam i blat de moro Fruita del temps Amanida/peix+verdura/làctic
26 Prt. 29 HC. 127 Lip. 26 KCal. 533 Pure de carbassó Fideus a la cassola amb hortalisses Fruita del temps **per la nit:** Amanida/prot.vegetal/làctic	27 Prt. 21 HC. 79 Lip. 15 Kcal. 515 Bròquil amb patates i pastanaga Pernilets de pollastre al forn amb canyella Enciam i tomaquet Fruita del temps Amanida/porc+verdura/làctic	28 Prt. 49 HC. 68 Lip. 60 Kcal. 593 Llenties guisades Filet de verat Salsa marinera Fruita del temps Amanida/porc+verdura/làctic	29 Prt. 16 HC. 76 Lip. 49 Kcal. 502 Arròs amb quinoa i endamame Hamburguesa coliflor i formatge Ceba confitada Iogurt natural Verdura/au+patata/làctic	30 Prt. 20 HC. 91 Lip. 23 Kcal. 646 Escudella barrejada vegetal amb cigrons Truita de patata amb ceba Enciam i olives Fruita del temps Amanida/peix+verdura/làctic

Per qualsevol consulta us podeu posar en contacte amb el departament de nutrició a través del correu: cmolina@ausolan.com. El nostre menú es basa en la cuina mediterrània, casolana i de qualitat.
Menú elaborat per la dietista-nutricionista Cristina Molina col CAT000629