

MAIG 2022

IES NARCÍS MONTURIOL

Dilluns

2

Arròs amb tomàquet

Truita a la francesa amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

9

Ensaladilla russa amb ou dur, tonyina, maionesa i olives

Pernilets de pollastre al forn amb ceba i pebrot

Fruita del temps

16

Mongeta tendra amb patata

Mandonguilles mixtes amb salsa de tomàquet

Fruita del temps

23

Llaços a la bolonyesa amb formatge ratllat

Filet de lluç al forn amb enciam i olives

Fruita del temps

30

Arròs amb verduretes i cúrcuma

Salsitxes de porc al forn amb ceba juliana

Fruita del temps

Dimecres

4

Llenties estofades amb verdures

Calamars a la romana amb enciam i remolatxa

logurt

11

Macarrons a la carbonara

Filet de lluç al forn amb enciam i tomàquet

logurt

18

Empedrat de mongetes seques amb pebrot, olives, ou dur i tonyina

Hamburguesa vegetal amb enciam i blat de

moro
logurt

25

Crema de carbassa i pastanaga amb crostons de pa torrat

Contracuixa de pollastre al forn amb ceba i

patates
logurt

Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen productes de màxima qualitat

Utilitzem sal iodada en totes les preparacions

Introduïm menús basats 100% amb proteïna vegetal

Utilitzem oli d'oliva verge per amanir

Ens basem amb les guies d'alimentació saludable de la Generalitat de Catalunya



Menús revisats per dietista-nutricionista col·legiada n°1381. El/la responsable del menjador disposa de les fitxes tècniques per a qualsevol consulta per part de les famílies i en especial als infants que presentin al·lèrgies. La cuina es reserva el dret a fer canvis per a la seva millor organització.