

Menús Intolerància a la lactosa

MARÇ 2015

Escola
ARTUR
MARTORELL

Servei de
menjador

Març 2015	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
Dinar del 2 al 6 de març	Menestra de verdures Fricandó de vedella Fruita	Sopa de galets amb brou de vedella i verdura Gall dindi amb samfaina Fruita	Cigrons bullits amb verdures Truita francesa amb enciam i olives logurt natural (Sense lactosa)	Arròs caldós Filet de lluç al forn amb llit de ceba i patata Fruita	Purè de pastanaga Pernilets de pollastre al forn amb all i julivert Fruita
Sopar	Arròs bullit Peix Fruita	Verdura bullida Pollastre Fruita	Purè de patata Peix Fruita	Verdura bullida Gall dindi Làctic	Pasta Ou Fruita
Dinar del 9 al 13 de març	Llenties estofades amb verdures i arròs Amanida variada Fruita	Trinxat de bledes i patata Truita de tonyina amb blat de moro i olives Fruita	Arròs amb tomàquet Gall dindi a la planxa amb enciam i pastanaga logurt natural (Sense lactosa)	Fideuà amb lluç Amanida variada Fruita	Crema de carbassa Coll de porc estofat amb patata Fruita
Sopar	Verdura bullida Gall dindi Fruita	Pasta bolonyesa Fruita	sopa Peix Fruita	Verdura pollastre Fruita	Arròs Truita Fruita
Dinar del 16 al 20 de març	Arròs a la cubana Pollastre a la planxa amb enciam i tomàquet Fruita	Sopa de fideus amb brou de pollastre i verdures Hamburguesa de vedella a la planxa amb patates chip Fruita	Estofat de gall dindi amb pèsols i patata Amanida variada logurt natural (Sense lactosa)	Mongeta tendra amb patata Lluç arrebossat amb enciam i olives Fruita	Llaços a la carbonara amb crema de llet sense lactosa Amanida variada Fruita
Sopar	Verdura Peix Fruita	Pasta Pollastre Fruita	Verdura Truita Fruita	Sopa Gall dindi Fruita	Verdura Peix Làctic
Dinar del 23 al 27 de març	Crema de pèsols Pollastre rostit amb ceba i tomàquet Fruita	Mongetes estofades amb verdures (tomàquet, ceba, api, pastanaga i carbassó) i gall dindi Amanida variada Fruita	Espirals amb tomàquet i ceba Truita de formatge logurt natural (Sense lactosa)	Arròs a la cassola amb verdures i peix Amanida variada Fruita	Espinacs amb patata Vedella a la jardineria Fruita
Sopar	Sopa Vedella Fruita	Verdura Truita Fruita	Purè Fruita	Verdura Pollastre Fruita	Pasta Ou Fruita
	Làctic: logurt natural Kaiku sense lactosa				
	Fruita: La fruita es de temporada aquest mes es poma, plàtan, mandarina i pera.				