



menús desembre 2021 – escola bressol lactants

magrana cuina RSIPAC 2607002/CA

menús revisats per dietistes-nutricionistes, col·legiades pel CODINUCAT

alternatura | DIETÈTICA I NUTRICIÓ

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
<p>Es tenen en compte els criteris de sostenibilitat, proximitat i temporada:</p> <ul style="list-style-type: none"> el iogurt és de la marca "La Torre", productor de la comarca. totes les verdures i fruites són fresques. els productes ecològics que utilitzem són: els llegums, la sal marina, l'oli d'oliva verge extra que utilitzem en cru i algunes verdures. tota la carn és fresca. el peix blanc és de pesca sostenible (lluç i bacallà congelat). s'utilitza oli d'OVE ecològic per amanir en cru en el menú hi ha especificats els al·lèrgens en el cas dels nens i nenes que no se'ls hi hagi introduït algun dels aliments que surten en el plat del dia, els hi adaptarem el menú, previ avís de la família i l'escola. <p>*des de magrana ens reservem el dret a modificar el menú, en cas que fos necessari.</p>		<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> crema de verdures (pastanaga, ceba, porro, patata) amb vedella i oli d'OVE compota de poma <p>no conté al·lèrgens</p>	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> crema de verdures (carbassa, moniato, ceba, porro) amb filet de porc i oli d'OVE compota de pera <p>no conté al·lèrgens</p>	<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> crema de verdures (ceba, mongeta tendra, carbassó, sèmola d'arròs) amb ou i oli d'OVE iogurt natural <p>conté ou, lactosa i prot llet</p>
<p>6</p> <p>festa!!</p>	<p>7</p> <p>festa!!</p>	<p>8</p> <p>festa!!</p>	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> crema de verdures (carbassó, ceba, porro i bledes) amb ou i oli d'OVE compota de poma <p>conté ou</p>	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> crema de verdures (coliflor, carbassa, patata, ceba) amb mongeta seca i oli d'OVE iogurt natural <p>conté llegum, lactosa i prot llet</p>
<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> crema de verdures (pastanaga, xirivía, col i patata) amb lluç i oli d'OVE compota de poma <p>conté lluç</p>	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> crema de verdures (pastanaga, ceba, pebrot vermell i patata) amb cigrons i oli d'OVE iogurt natural <p>conté llegum, lactosa i prot llet</p>	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> crema de verdures (carbassa, moniato, ceba i porro) amb gall dindi i oli d'OVE compota de pera <p>no conté al·lèrgens</p>	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> crema de verdures (mongeta tendra, bròquil, ceba i patata) amb vedella i oli d'OVE compota de poma <p>no conté al·lèrgens</p>	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> crema de verdures (col, xirivía, pastanaga, ceba, porro i sèmola d'arròs) amb ou i oli d'OVE iogurt natural <p>conté ou lactosa i prot llet</p>
<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> crema de verdures (carbassa, moniato, ceba i porro) amb lleties vermelles i oli d'OVE compota de poma <p>no conté al·lèrgens</p>	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> crema de verdures (coliflor, pastanaga, fonoll i ceba) amb gall dindi i oli d'OVE iogurt natural <p>conté lactosa, prot llet</p>	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> crema de verdures (carbassa, ceba i porro) amb pollastre i oli d'OVE compota de pera <p>no conté al·lèrgens</p>	<p>Les racions que es serveixen per grups d'aliments en la franja de 6 mesos a 3 anys només té en compte que la ració limitant és la d'aliment proteic, la resta de grups d'aliments han d'estar presents qualitativament però s'ha de respectar la sensació de gana/sacietat de l'infant.</p> <p>Racions per a infants de 6 a 12 mesos:</p> <p>Carn: 20-30 g Peix: 30-40 g Ous: 1u petita Energia aprox.(Kcal): 250-300</p>	

L'equip de magrana us desitgem que passeu unes bones vacances. Ens retrobem l'any que ve!!!