



menús octubre 2022 - escola bressol lactants

magrana cuina RSIPAC 2607002/CA

alternatura | DIETÈTICA
I NUTRICIÓ

menús revisats per dietistes-nutricionistes col·legiades pel CODINUCAT

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
3 . crema de pastanaga, xirivia i ceba amb filet de porc i oli OVE . compota de fruita <i>no conté al.lèrgens</i>	4 . crema de carbassa, moniato i ceba amb lluç i oli d'OVE . iogurt natural <i>conté peix, lactosa, prot llet</i>	5 . crema de pastanaga, ceba i patata amb cigronets i oli d'OVE . compota de fruita <i>conté llegum</i>	6 . crema de coliflor, ceba, porro amb pollastre i oli d'OVE . compota de fruita <i>no conté al.lèrgens</i>	7 . crema de mongeta tendra, ceba, pastanaga i patata amb gall dindi . iogurt natural <i>conté lactosa, prot llet</i>
10 . crema de bròquil, patata i ceba amb ou . compota de fruita <i>conté ou</i>	11 . crema de carbassa, patata, ceba i bledes amb lluç i oli d'OVE . iogurt natural <i>conté lactosa prot llet</i>	12 festa!!!!	13 . crema de coliflor, ceba i carbassa amb vedella i oli d'OVE . compota de fruita <i>no conté al.lèrgens</i>	14 . crema de pastanaga, bleda, ceba i patates amb pollastre i oli d'OVE . iogurt natural <i>conté lactosa i prot llet</i>
17 . crema de pastanaga, fonoll, ceba i porro amb pollastre i oli d'OVE . compota de fruita <i>no conté al.lèrgens</i>	18 . crema de carbassó, ceba, porro i patata amb gall dindi i oli d'OVE . iogurt natural <i>conté lactosa, prot llet</i>	19 . crema de mongeta tendra, carbassa, ceba i patata amb filet de porc i oli d'OVE . compota de fruita <i>conté sulfits, ou, gluten, llet</i>	20 . crema de pastanaga, bròquil, ceba i patata amb cigrons i oli d'OVE . fruita del temps <i>conté llegum</i>	21 . crema coliflor, xirivia, ceba, porro i xirivia amb lluç i oli d'OVE . iogurt natural <i>conté peix, lactosa i prot llet</i>
24 . crema de carbassó, pastanaga, ceba i patata amb lluç i oli d'OVE . compota de fruita <i>conté peix</i>	25 . crema de carbassa, xirivia, ceba i patata amb cigrons i oli d'OVE . iogurt natural <i>conté llegum, lactosa i prot llet,</i>	26 . crema de fonoll, pastanaga, ceba i patata amb pollastre i oli d'OVE . compota de fruita <i>no conté al.lèrgens</i>	27 . crema de carbassa, fonoll ceba i patata amb gall dindi i oli d'OVE . compota de fruita <i>no conté al.lèrgens</i>	28 . crema de pastanaga, bròcoli, ceba i patata amb ou i oli d'OVE . iogurt natural <i>conté ou</i>
<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 infants que no se'ls hi hagi introduït algun dels aliments que surten en el plat del dia, se'ls adaptarà 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>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: Carn: 20-30 g Peix: 30-40 g Ous: 1u petita Energia aprox.(Kcal): 250-300</p>	