



menús febrer 2023 - 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
		1 · crema de pastanaga, carbassó , ceba i patata amb pollastre i oli d'OVE · compota de fruita <i>no conté al.lèrgens</i>	2 · crema de coliflor, ceba, porro amb filet de porc i oli d'OVE · compota de fruita <i>no conté al.lèrgens</i>	3 · crema pastanaga, patata, ceba i bledes amb lluç i oli d'OVE · iogurt natural <i>conté peix, lactosa, prot llet</i>
6 · crema de moniato, patata,ceba i carbassó amb pollastre · compota de fruita <i>no conté al.lèrgens</i>	7 · crema de xirivia, pastanaga, patata i ceba i amb ou i oli d'OVE · iogurt natural <i>conté ou, lactosa prot llet</i>	8 · crema de xirivia, pastanaga, ceba i porro amb lluç i oli d'OVE · compota de fruita <i>conté peix</i>	9 · crema de coliflor, ceba, porro i patata amb gall dindi i oli d'OVE · compota de fruita <i>no conté al.lèrgens</i>	10 · crema de carbassa, bròquil,, ceba i patates amb filet de porc i oli d'OVE · iogurt natural <i>conté lactosa i prot llet</i>
13 · crema de carbassa, patata, ceba, bleda, porro amb lluç i oli d'OVE · compota de fruita <i>conté peix</i>	14 · crema de carbassa, ceba, porro i patata amb cigrons i oli d'OVE · iogurt natural <i>conté llegum, lactosa, prot llet</i>	15 · crema de bròquil, fonoll,, ceba i patata amb gall dindi i oli d'OVE · compota de fruita <i>no conté al.lèrgens</i>	16 · crema de, carbassó, moniato i ceba amb filet de pollastre i oli d'OVE · fruita del temps <i>no conté al.lèrgens</i>	17 · crema carbassa, remolatxa, ceba i patata amb ou i oli d'OVE · iogurt natural <i>conté ou, lactosa i prot llet</i>
20 festa!!!	21 · crema de carbassa, xirivia, ceba i patata amb lluç i oli d'OVE · iogurt natural <i>conté lluç, lactosa i prot llet,</i>	22 · crema de fonoll, carbassa, ceba i patata amb gall dindi i oli d'OVE · compota de fruita <i>no conté al.lèrgens</i>	23 · crema de carbassa, pastanaga, ceba i patata amb ou i oli d'OVE · compota de fruita <i>conté ou</i>	24 · crema de pastanaga, carbassa, ceba i patata amb pollastre i oli d'OVE · iogurt natural <i>conté lactosa, prot llets</i>
27 · crema de moniato, xirivia, ceba i patata amb lluç i oli d'OVE · compota de fruita <i>conté peix</i>	28 · crema de pastanaga,, ceba, i patata amb cigrons · iogurt natural <i>conté llegum, lactosa i prot llet</i>			

Es tenen en compte els criteris de sostenibilitat, proximitat i temporada:

- 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 avis de la família i l'escola.
- *des de magrana ens reservem el dret a modificar el menú, en cas que fos necessari.

Les racions que es serveixen per grups d'aliments en la franja de 6 mesos a 3 anys només té en compte que l'aració 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.

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