

EBM DE GRANOLLERS

GENER '17

Menú basal



1 GLUTEN				2 CRUSTACIS				3 OVI				4 PESCO				5 CACAEY				6 SOJA				7 LACTOSA				8 DE CEBES				9 API				10 MOSTASSA				11 SESAM				12 SULFIT				13 TRAMUS				14 MOL·LIG				AL·LÈRGENS			
Dilluns				Dimarts				Dimecres				Dijous				Divendres																																											
Macarrons a la napolitana	1			Cigrons estofats amb verdures	12			Escudella barrejada	1, 9, 12			Paella mixta	2, 9, 14			Coliflor amb patates	12																																										
Truita francesa	3			Pollastre al forn	12			Carn d'olla (verdura, pilota i pollastre)	3, 12			Lluç amb patata, ceba i tomàquet al forn	4, 12			Botifarra esparracada amb xampinyons	6, 12																																										
Amanida de pastanaga, olives i blat de moro	12			Amanida d'enciam i brots de soja	6, 12			Amanida d'enciam i cogombre	12			Amanida d'enciam i olives	12			***	-																																										
logurt natural sense sucre	7			Pinya en el seu suc	-			Fruita de temporada	-			Fruita de temporada	-			Fruita de temporada	-																																										
E Kcal	HC g	PROT g	LIP g	E Kcal	HC g	PROT g	LIP g	E Kcal	HC g	PROT g	LIP g	E Kcal	HC g	PROT g	LIP g	E Kcal	HC g	PROT g	LIP g																																								
479,8	45,66	18,04	25	397,51	41,92	20,76	16,31	421,72	42,29	19,58	19,36	496,45	56,75	19,73	21,17	542,12	37,21	19,12	35,2																																								
		Arròs				Patata				Crema				Pasta				Vedella																																									
		Porc				Peix				Ou				Vedella				Lacti																																									
		Fruita				Lacti				Fruita				Lacti					Especial divendres																																								
Dilluns				Dimarts				Dimecres				Dijous				Divendres																																											
Llenties amb verdures	12			Crema de porros amb rostos	1, 12			Arròs amb salsa de verdures	9			Sopa de verdures amb pasta	1, 3, 9			Patates guisades amb verdures	12																																										
Truita de pernil cuit	3			Llom amb salsa de tomàquet	-			Truita de pernil cuit	3			Hamburguesa de vedella a la planxa	6, 12			Bacallà a la musselina d'alls	1, 3, 4, 6																																										
Amanida d'enciam i tomàquet	12			***	-			Amanida d'enciam i poma	12			Patates fregides	12			Amanida d'enciam i blat de moro	12																																										
logurt natural sense sucre	7			Fruita de temporada	-			Fruita de temporada	-			Fruita de temporada	-			Fruita de temporada	-																																										
E Kcal	HC g	PROT g	LIP g	E Kcal	HC g	PROT g	LIP g	E Kcal	HC g	PROT g	LIP g	E Kcal	HC g	PROT g	LIP g	E Kcal	HC g	PROT g	LIP g																																								
482,55	37,85	25,03	25,67	394,17	47,69	12,58	17,01	488,82	56,95	16,34	21,74	430,26	50,99	21,52	15,58	399,72	43,45	14,72	18,56																																								
		Arròs				Pasta				Patata				Verdura				Ou																																									
		Vedella				Au				Peix				Lacti					Especial divendres																																								
		Fruita				Lacti				Fruita				Lacti																																													
Dilluns				Dimarts				Dimecres				Dijous				Divendres																																											
Crema de carbassó amb rostos	1, 12			Arròs amb salsa de tomàquet	-			Espirals a la crema de xampinyons	1, 7			Mongetes blanques amb verdures	12			Sopa de rap amb fideus	1, 4, 9																																										
Magra de porc amb salsa de tomàquet	-			Pollastre al forn amb poma i carbassó	12			Lluç amb patata, ceba i tomàquet al forn	4, 12			Truita de formatge	3, 7			Vedella empanada	1, 3																																										
Amanida d'enciam i cogombre	12			Amanida d'enciam i pastanaga	12			Amanida d'enciam i olives	12			Amanida d'enciam i tomàquet	12			Patates xips	-																																										
logurt natural sense sucre	7			Fruita de temporada	-			Fruita de temporada	-			Fruita de temporada	-			Fruita de temporada	-																																										
E Kcal	HC g	PROT g	LIP g	E Kcal	HC g	PROT g	LIP g	E Kcal	HC g	PROT g	LIP g	E Kcal	HC g	PROT g	LIP g	E Kcal	HC g	PROT g	LIP g																																								
444,59	41,69	16,11	23,71	499,01	60,71	16,59	21,09	509,94	54,13	19,58	23,9	504,62	47,73	20,87	25,58	388,39	41,89	13,65	18,47																																								
		Pasta				Sopa				Verdura				Patata				Porc																																									
		Peix				Vedella				Formatge fresc				Lacti					Especial divendres																																								
		Fruita				Fruita				Fruita				Lacti																																													
Dilluns				Dimarts				Dimecres				Divendres																																															
Espinacs amb patates	12			Macarrons a la napolitana	1			Arròs caldós amb verdures	9																																																		
Gall dindi estofat amb xampinyons	12			Truita de carbassó	3, 12			Llom arrebossat	1, 3																																																		
Patates al forn	12			Amanida d'enciam i olives	12			Amanida d'enciam i tomàquet	12																																																		
logurt natural sense sucre	7			Fruita de temporada	-			Fruita de temporada	-																																																		
E Kcal	HC g	PROT g	LIP g	E Kcal	HC g	PROT g	LIP g	E Kcal	HC g	PROT g	LIP g																																																
454,68	37,64	20,05	24,88	493,78	56,06	14,87	23,34	520,38	59,34	15,09	24,74																																																
		Sopa				Crema				Verdura																																																	
		Peix				Vedella				Au																																																	
		Fruita				Lacti				Fruita																																																	

Montserrat Garcia i Buxelo
 (Cap de Qualitat, Medi Ambient i Dietètica d'ISS)
 Núm. de col·legiada CAT000540

ISS FACILITY SERVICES
 C. Jesús Serra Santamans, 7
 08174 SANT CUGAT DEL VALLÈS
 (Barcelona)

Powered by ISS

Tel. 902 266 366 | info@es.issworld.com