



menús maig 2024 - escola bressol lactants

magrana cuina RSIPAC 2607002/CA

alternatura | DIETÈTICA I NUTRICIÓ

menús revisats per dietistes-nutricionistes col·legiades pel CODINUCA

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1 festa!!!!	2 . crema de pastanaga, xirivia i ceba amb gall dindi . compota de fruita <i>no conté al.lèrgens</i>	3 . crema de carbassó, bleda, ceba i patata amb ou i oli d'OVE . iogurt natural <i>conté ou, lactosa</i>
6 . crema de carbassó, espàrrec, patata, ceba i ou amb oli d'OVE . compota de fruita <i>conté ou</i>	7 . crema de carbassó, patata i ceba, amb gall dindi i oli d'OVE . iogurt natural <i>conté lactosa</i>	8 . crema de pastanaga, mongeta tendra ceba i patata amb pollastre i oli d'OVE . compota de fruita <i>no conté al.lèrgens</i>	9 . crema de pastanaga, nap, xirivia, ceba i porro amb lluç i oli OVE . compota de fruita <i>conté lluç</i>	10 . crema de pastanaga, patata i ceba amb cigrons i oli d'OVE . iogurt natural <i>conté llegum, lactosa</i>
13 . crema de carbassa i ceba amb gall dindi i oli d'OVE . compota de fruita <i>no conté al.lèrgens</i>	14 . crema de coliflor, pastanaga, pèsols , ceba i filet de porc i oli d'OVE . iogurt natural <i>conté llegum, lactosa</i>	15 . crema de pastanaga, bleda, patata i ceba amb lluç i oli d'OVE . compota de fruita <i>conté peix</i>	16 . crema de coliflor, xirivia i ceba amb ou i oli d'OVE . compota de fruita <i>conté ou</i>	17 . crema carbassa, ceba, porro i amb pollastre i oli d'OVE . iogurt natural <i>conté lactosa</i>
20 . crema de carbassa, bleda, ceba i patata amb gall dindi i oli d'OVE . compota de fruita <i>no conté al.lèrgens</i>	21 . crema de pastanaga, xirivia, ceba i patata amb lluç i oli d'OVE . iogurt natural <i>conté peix, lactosa</i>	22 . crema de carbassó, pastanaga, patata i porro amb vedella i oli d'OVE . compota de fruita <i>no conté al.lèrgens</i>	23 . crema de pastanaga, ceba i patata amb pollastre i oli d'OVE . compota de fruita <i>no conté al.lèrgens</i>	24 . crema de carbassa, pastanaga, ceba amb filet de porc i oli d'OVE . iogurt natural <i>conté lactosa</i>
27 . crema de pastanaga, ceba, patata i col amb filet de porc i oli d'OVE . compota de fruita <i>no conté al.lèrgens</i>	28 . crema de xirivia, pastanaga i ceba amb ou i oli d'OVE . iogurt natural <i>conté ou, lactosa</i>	29 . crema de carbassa, bleda, patata i ceba amb cigrons . compota de fruita <i>conté llegum</i>	30 . crema de carbassó, mongeta tendra, ceba i patata amb pollastre i oli d'OVE . compota de fruita <i>no conté al.lèrgens</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 avís 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 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.

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**



segueix-nos per instagram a @magranacuines