



menús setembre 2025 - escola bressol 1 a 2 anys

magrana cuines, sl RSIPAC 2607002/CA

menús revisats per la dietista-nutricionista col. número 3175

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
15 · escudella amb pasta petita · lluç al forn amb all i julivert i hummus de cigrons · iogurt natural de la torre <i>conté api, gluten, peix, llegum, sèsam, lactosa</i>	16 · crema de carbassa amb crispetes · pollastre al forn amb verdures · fruita del temps <i>no conté al.lèrgens</i>	17 · patata amb mongeta tendra i pèsols · croquetes de rostit amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro) · fruita del temps <i>conté llegum, gluten, lactosa, api</i>	18 · escudella amb arròs · hamburguesa de vedella amb enciam i cogombre · fruita del temps <i>conté api, sulfits</i>	19 · crema cigrons amb bledes · truita de carbassó i ceba amb amanida de tomàquet, ceba tendra i olives · fruita del temps <i>conté llegum, ou</i>
<i>verdures brasa/ llegums/ fruita</i>	<i>verdures/ hamburguesa// compota</i>	<i>crema verdures del temps/ ous/ fruita</i>	<i>llegums amb verdures/ iogurt de cabra</i>	<i>escudella/ peix blau petit i verdura/ fruita</i>
22 · crema de carbassó i pèsols · bacallà amb samfaina · fruita del temps <i>conté llegum, peix</i>	23 · crema de llenties amb verdures · truita de patata i ceba amb amanida (enciams, cogombre i pastanaga) · fruita del temps <i>conté llegum,ou</i>	24 · patates aixafades amb bledes · hamburguesa de quinoa i amanida (enciams, pastanaga i blat de moro) · iogurt natural de la torre <i>conté gluten, soja, lactosa</i>	25 · crema de carbassa i xirivia · pollastre al forn amb verdures, cigrons i cuscús · fruita del temps <i>conté llegum, gluten</i>	26 · escudella amb pasta petita · maires a l'andalus a amb amanida (enciam, rúcula poma i nous) · fruita del temps <i>conté api, gluten, peix, fruits secs</i>
<i>verdura/ tofu/ fruita del temps</i>	<i>verdura i patata/ peix/ fruita del temps</i>	<i>llegum/ arròs integral i verdures/ iogurt</i>	<i>verdures amb patata/peix blau/ compota</i>	<i>pa amb tomàquet amb truita/ fruita</i>
29 · crema de carbassó amb crostons · lluç al forn amb patates llescades i ceba · flam de vainilla de la torre <i>conté gluten, peix, lactosa</i>	30 · crema de mongetes amb verdures · mandonguilles amb salsa de ceba · fruita del temps <i>conté llegum, sulfits, ou, gluten</i>	les racions que es serveixen per grups d'aliments segons l'edat escolar 3 a 6 anys i de 7 a 12 anys són (expressat en pes cru): · llegum: 30g / 60g · patata: 150-200g / 200-250g · arròs i pasta: 50-60g /60-80g (20-25g en sopa o guarnició) · verdura: 120-150g · ous: 1u mitjana /1-2u mitjanes energia (Kcal): 500-600/700-800		
<i>patata i verdura/ pollastre i amanida/ fruita</i>	<i>sopa de pasta/ peix blanc/ amanida</i>	*des de magrana ens reservem el dret a modificar el menú, en cas que fos necessari		
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, excepte el tomàquet de les salses, els pèsols i el blat de moro · tota la carn és fresca, excepte les croquetes. · el peix blanc incorporat és de pesca sostenible (lluç, maires , i bacallà congelat) · s'utilitza oli d'OVE ecològic per amanir en cru, oli d'oliva per cuinar i oli de gira- sol alt oleic per fregir · tots els menús van acompanyats de pa (conté gluten), la ració és de 30g. · en el menú hi ha especificats els al·lèrgens i una proposta de sopars.				