

Març 2017 - FUNDACIÓ MARESME

		Dimecres 1	Dijous 2	Divendres 3
		Sopa de galets (40g) amb pilota i pollastre	Espaguetis (70g) a la carbonara	Crema de verdura (330ml)
		Tonyina arrebossada (150g) amb amanida	Llom (150g) amb salsa de poma	Pizza de pernil, olives i formatge amb amanida
		Fruita (180g)	Fruita (180g)	Iogurt (125g)
Dilluns 6	Dimarts 7	Dimecres 8	Dijous 9	Divendres 10
Llenties (70g) estofades amb xoriço	Coliflor i patata (250g)	Arròs (80g) tres delícies (arròs, pernil cuit, pèsols i truita)	Crema de carbassó (330ml)	Macarrons (70g) a la bolonyesa
Pollastre rostit (150g) amb tomàquet i orenga	Botifarra de porc (150g) amb mongetes seques	Xai a la mostassa (150g) amb ceba confitada	Truita de patates i ceba (150g) amb amanida	Calamars a l'andalusa (150g) amb amanida
Fruita (180g)	Fruita (180g)	Flam (100g)	Fruita (180g)	Fruita (180g)
Dilluns 13	Dimarts 14	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
Sopa de peix amb arròs (40g)	Bledes amb patata (250g)	Crema de carbassa (330ml)	Mongeta pinta estofada (70g) amb xoriço	Llacets (70g) al pesto
Gall dindi adobat (150g) amb amanida	Hamburguesa de lluç i gambes (150g) amb amanida	Mandonguilles (150g) a la jardineria	Mussola (150g) al forn amb salsa verda amb patata al caliu	Escalopa de pollastre (150g) amb amanida
Fruita (180g)	Fruita (180g)	Fruita (180g)	Iogurt (125g)	Fruita (180g)
Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22	Dijous 23	Divendres 24
Mongeta verda amb patata (250g)	Amanida variada (250g)	Sopa de brou amb pasta (40g)	Torronada de llegums (70g)	Crema de porros (330ml)
Llibrets de llom amb pernil i formatge (150g) amb amanida	Paella (80g) amb calamars, musclos i gambes	Salmó (150g) al forn amb amanida	Salsitxes de pollastre (150g) amb carbassó al forn	Lasanya de carn (150g)
Fruita (180g)	Iogurt (125g)	Fruita (180g)	Fruita (180g)	Fruita (180g)
Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29	Dijous 30	Divendres 31
Mongeta blanca (70g) estofada amb xoriço	Milfulls de patata amb verdures (tomàquet, patata bullida, pastanaga, carabassó) (250g)	Crema de pastanaga (330ml)	Espirals (70g) amb salsa de verdures	Escudella barrejada (40g)
Llom (150g) amb salsa de pebre	Pollastre (150g) amb salsa de taronja	Truita de patates (150g) amb amanida	Lluç (150g) amb tomàquet i ceba al forn	Gall dindi (150g) arrebossat amb amanida
Iogurt (125g)	Fruita (180g)	Fruita (180g)	Fruita (180g)	Fruita (180g)

Pa (60gr) i aigua en tots els àpats.

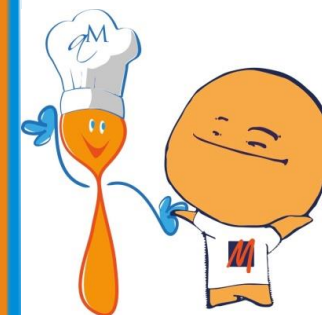
Cuinem amb oli d'oliva verge

Producte vegetal de les hortes del Maresme

El menú pot experimentar alguna modificació, en cas de força major.

Fruita del mes: mandarina, plàtan, taronja, poma, pera, pinya

* Gramatge calculat en cru i pes net



Març 2017 - FUNDACIÓ MARESME- Hipocalòric

		Dimecres 1	Dijous 2	Divendres 3
		Sopa de galets (40g) amb pilota i pollastre	Espaguetis (70g) a les fines herbes	Crema de verdura (330ml)
		Tonyina al forn (150g) amb amanida	Llom (150g) amb salsa de poma	Pizza de pernil, olives i formatge amb amanida
		Fruita (180g)	Fruita (180g)	Iogurt desnatat (125g)
Dilluns 6	Dimarts 7	Dimecres 8	Dijous 9	Divendres 10
Lenties (70g) estofades amb verdures	Coliflor i patata (250g)	Arròs (80g) tres delícies (arròs, pernil cuit, pèsols i truita)	Crema de carbassó (330ml)	Macarrons (70g) a la bolonyesa
Pollastre rostit (150g) amb tomàquet i orenga	Botifarra de pollastre (150g) amb mongetes seques	Xai a la mostassa (150g) amb ceba confitada	Truita de patates i ceba (150g) amb amanida	Anelles de calamar a la planxa amb all i julivert (150g) amb amanida
Fruita (180g)	Fruita (180g)	Iogurt desnatat (125g)	Fruita (180g)	Fruita (180g)
Dilluns 13	Dimarts 14	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
Sopa de peix amb arròs (40g)	Bledes amb patata (250g)	Crema de carbassa (330ml)	Mongeta pinta estofada (70g) amb verdures	Llacets (70g) a les fines herbes
Gall dindi adobat (150g) amb amanida	Hamburguesa de lluç i gambes (150g) amb amanida	Mandonguilles (150g) bullides amb verdures	Mussola (150g) al forn amb salsa verda amb patata al caliu	Pollastre (150g) a la planxa amb amanida
Fruita (180g)	Fruita (180g)	Fruita (180g)	Iogurt desnatat (125g)	Fruita (180g)
Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22	Dijous 23	Divendres 24
Mongeta verda amb patata (250g)	Amanida variada (250g)	Sopa de brou amb pasta (40g)	Torronada de llegums (70g)	Crema de porros (330ml)
Llom adobat (150g) amb amanida	Paella (80g) amb calamars, musclos i gambes	Salmó (150g) al forn amb amanida	Salsitxes de pollastre (150g) amb carbassó al forn	Lasanya vegetal (150g)
Fruita (180g)	Iogurt desnatat (125g)	Fruita (180g)	Fruita (180g)	Fruita (180g)
Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29	Dijous 30	Divendres 31
Mongeta blanca (70g) estofada amb verdures	Milfulls de patata amb verdures (tomàquet, patata bullida, pastanaga, carabassó) (250g)	Crema de pastanaga (330ml)	Espirals (70g) amb salsa de verdures	Escudella barrejada (40g)
Llom (150g) amb salsa de pebre	Pollastre (150g) rostit amb amanida	Truita de patates (150g) amb amanida	Lluç (150g) amb tomàquet i ceba al forn	Gall dindi (150g) a la planxa amb amanida
Iogurt desnatat (125g)	Fruita (180g)	Fruita (180g)	Fruita (180g)	Fruita (180g)

Pa (60gr) i aigua en tots els àpats.

Cuinem amb oli d'oliva verge

Producte vegetal de les hortes del Maresme

El menú pot experimentar alguna modificació, en cas de força major.

Fruita del mes: mandarina, plàtan, taronja, poma, pera, pinya

* Gramatge calculat en cru i pes net



Març 2017 - FUNDACIÓ MARESME- Estricte

		Dimecres 1	Dijous 2	Divendres 3
		Crema de porro (330ml) Tonyina al forn (150g) amb amanida Fruita (180g)	Bròquil amb patata (250g) Llom (150g) a la planxa carbassó al forn Fruita (180g)	Crema de verdura (330ml) Hamburguesa de conill amb amanida Iogurt desnatat (125g)
Dilluns 6	Dimarts 7	Dimecres 8	Dijous 9	Divendres 10
Crema de pastanaga (330ml) Pollastre rostit (150g) amb tomàquet i orenga Fruita (180g)	Coliflor i patata (250g) Botifarra de pollastre (150g) amb pebrot al forn Fruita (180g)	Mongeta verda amb patata (250g) Xai rostit (150g) amb ceba al forn Iogurt desnatat (125g)	Crema de carbassó (330ml) Gall dindi a la planxa (150g) amb amanida Fruita (180g)	Verdures a la brasa (250g) Anelles de calamar a la planxa amb all i julivert (150g) amb amanida Fruita (180g)
Dilluns 13	Dimarts 14	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
Bròquil amb patata (250g) Gall dindi adobat (150g) amb amanida Fruita (180g)	Bledes amb patata (250g) Hamburguesa de lluç i gambes (150g) amb amanida Fruita (180g)	Crema de carbassa (330ml) Mandonguilles (150g) bullides amb verdures Fruita (180g)	Minestra de verdures (250g) Mussola (150g) al forn amb salsa verda amb patata al caliu Iogurt desnatat (125g)	Crema de verdures (330ml) Pollastre (150g) a la planxa amb amanida Fruita (180g)
Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22	Dijous 23	Divendres 24
Mongeta verda amb patata (250g) Llom adobat (150g) amb amanida Fruita (180g)	Amanida variada (250g) Anelles de calamar a la planxa amb all i julivert (150g) amb pebrot al forn Iogurt desnatat (125g)	Crema de carbassó (330ml) Salmó (150g) al forn amb amanida Fruita (180g)	Verdures a la brasa (250g) Salsitxes de pollastre (150g) amb carbassó al forn Fruita (180g)	Crema de porros (330ml) Gall dindi (150g) a la planxa amb xampinyons saltejats Fruita (180g)
Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29	Dijous 30	Divendres 31
Minestra de verdures (250g) Llom (150g) a la planxa amb ceba al forn Iogurt desnatat (125g)	Milfulles de patata amb verdures (tomàquet, patata bullida, pastanaga, carabassó) (250g) Pollastre (150g) rostit amb amanida Fruita (180g)	Crema de pastanaga (330ml) Hamburguesa de bacallà i espàrrecs (150g) amb amanida Fruita (180g)	Coliflor amb patata (250g) Lluç (150g) amb tomàquet i ceba al forn Fruita (180g)	Crema de carbassa (330ml) Gall dindi (150g) a la planxa amb amanida Fruita (180g)

Pa (60gr) i aigua en tots els àpats.

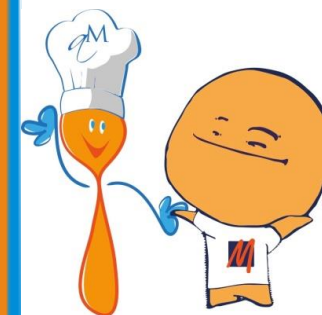
Cuinem amb oli d'oliva verge

Producte vegetal de les hortes del Maresme

El menú pot experimentar alguna modificació, en cas de força major.

Fruita del mes: mandarina, plàtan, taronja, poma, pera, pinya

* Gramatge calculat en cru i pes net



Març 2017 - FUNDACIÓ MARESME – Sense gluten

		Dimecres 1	Dijous 2	Divendres 3
		Sopa de galets s/gluten (40g) amb pollastre Tonyina arrebossada s/gluten (150g) amb amanida Fruita (180g)	Espaguetis s/gluten (70g) amb salsa de tomàquet Llom (150g) amb salsa de poma Fruita (180g)	Crema de verdura (330ml) Pizza s/gluten de pernil, olives i formatge amb amanida Iogurt (125g)
Dilluns 6	Dimarts 7	Dimecres 8	Dijous 9	Divendres 10
Llenties (70g) estofades amb xoriço Pollastre rostit (150g) amb tomàquet i orenga Fruita (180g)	Coliflor i patata (250g) Botifarra de porc (150g) amb mongetes seques Fruita (180g)	Arròs (80g) tres delícies (arròs, pernil cuit, pèsols i truita) Xai a la mostassa (150g) amb ceba confitada Flam (100g)	Crema de carbassó (330ml) Truita de patates i ceba (150g) amb amanida Fruita (180g)	Macarrons s/gluten (70g) a la bolonyesa Calamars a l'andalusa s/gluten (150g) amb amanida Fruita (180g)
Dilluns 13	Dimarts 14	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
Sopa de peix amb arròs (40g) Gall dindi adobat (150g) amb amanida Fruita (180g)	Bledes amb patata (250g) Hamburguesa de lluç i gambes (150g) amb amanida Fruita (180g)	Crema de carbassa (330ml) Mandonguilles (150g) a la jardineria Fruita (180g)	Mongeta pinta estofada (70g) amb xoriço Mussola (150g) al forn amb salsa verda amb patata al caliu Iogurt (125g)	Llacets s/gluten (70g) al pesto Escalopa de pollastre (150g) amb amanida Fruita (180g)
Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22	Dijous 23	Divendres 24
Mongeta verda amb patata (250g) Librets de llom s/gluten amb pernil i formatge (150g) amb amanida Fruita (180g)	Amanida variada (250g) Paella (80g) amb calamars, musclos i gambes Iogurt (125g)	Sopa de brou amb pasta s/gluten (40g) Salmó (150g) al forn amb amanida Fruita (180g)	Torronada de llegums (70g) Salsitxes de pollastre (150g) amb carbassó al forn Fruita (180g)	Crema de porros (330ml) Lasanya de carn s/gluten (150g) Fruita (180g)
Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29	Dijous 30	Divendres 31
Mongeta blanca (70g) estofada amb xoriço Llom (150g) amb salsa de pebre Iogurt (125g)	Milfulls de patata amb verdures (tomàquet, patata bullida, pastanaga, carabassó) (250g) Pollastre (150g) amb salsa de taronja Fruita (180g)	Crema de pastanaga (330ml) Truita de patates (150g) amb amanida Fruita (180g)	Espirals s/gluten (70g) amb salsa de verdures Lluç (150g) amb tomàquet i ceba al forn Fruita (180g)	Escudella barrejada s/gluten (40g) Gall dindi (150g) arrebossat s/gluten amb amanida Fruita (180g)

Pa (60gr) i aigua en tots els àpats.

Cuinem amb oli d'oliva verge

Producte vegetal de les hortes del Maresme

El menú pot experimentar alguna modificació, en cas de força major.

Fruita del mes: mandarina, plàtan, taronja, poma, pera, pinya

* Gramatge calculat en cru i pes net

