



CATERING TRIGANA

TEMPORADA TARDOR – HIVERN 2020 – 2021

DINAR: DIETA BASAL INFANTIL

CENTRE: PÀTUMS I MEMAS

FEBRER 2021

1 febrer	2 febrer	3 febrer	4 febrer	5 febrer
Mongeta verda amb patata Mandonguilles a la jardinera Fruita	Macarrons amb tomàquet Truita de patates amb enciam Fruita	Saltejat de verdures Fricandó de vedella Fruita	Cigrons estofats Pollastre amb enciam logurt	Sopa d'au Pizza pemil dolç i formatge Fruita
8 febrer	9 febrer	10 febrer	11 febrer	12 febrer
Vichissoyse Hamburguesa amb ceba Fruita	Llenties tradicionals Ous ranxera logurt	Arròs amb carbassa Lluç amb amanida Fruita	Patates gratinades Pollastre al forn amb albergínia Fruita	Pasta carbonara Croquetes amb enciam Fruita
15 febrer	16 febrer	17 febrer	18 febrer	19 febrer
Llenties amb verdures Gall d'indi amb carbassó arrebossat Fruita	Espirals bolonyesa Salsitxes amb amanida Fruita	Bròquil amb patata Pollastre amb salsa de pastanaga Fruita	Sopa de peix amb arròs Estofat de vedella amb patata logurt	Fideuà de verdures Lluç al forn amb amanida Fruita
22 febrer	23 febrer	24 febrer	25 febrer	26 febrer
Macarrons amb salsa de formatge Mandonguilles amb tomàquet Fruita	Crema de porrus Magra de porc estofat logurt	Patates guisada Ous amb pisto Fruita	Arròs amb carbassa Salmó amb amanida Fruita	Cigrons estofats Pollastre amb xips Fruita



Api, carxofa, cols, alvocat, llimones, taronges i peres

Aquestes son algunes de les fruites i verdures que tenim de temporada durant el mes de febrer.

Ens aporten vitamines i minerals amb propietats antioxidants, fibra i grans sabors i aromes.

Aprofitem les!

Valors nutricionals del menú de mig dia per a nens de 6m a 3 anys: **Primera setmana:** 397 Kcal – 45g CH – 12,32 Lip – 24,7 Prot **Segona setmana:** 378 Kcal – 42,4 g CH – 11,42 Lip – 23,8 Prot **Tercera setmana:** 401 Kcal – 45g CH – 14.22 Lip – 25.2 Prot **Cuarta setmana:** 388 Kcal – 45g CH – 12.32 Lip – 24.7 Prot

Direcció del centre:

Responsable higènic:

Dietista Nutricionista

Claudia Real Gomez CAT001859