

COL.LEGI SANTA MARIA ESCOLETA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

Setembre - 2026

DIVENDRES

CONCEPCIÓN MAXIMIANO ALONSO
Servicio de Nutrición y Dietética
Dietista-Nutricionista
Colegiado Nº MAD00023



FISH
REVOLUTION



GUARDIANS
DE SALUT



Grow
FOOD
BANKS



15

551 Kcal. P.: 14 HC.: 37 L.: 46 G.: 14

VICHYSOISE
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
PATATES A DAUS
FRUITA

16

720 Kcal. P.: 19 HC.: 35 L.: 43 G.: 10

TRAMPÓ DE CIGRONS AMB TONYINA, CEBA,
PEBROT ROJO, PEBROT VERD
REMENAT D'OU AMB FORMATGE
BRÒQUIL
FRUITA

17

944 Kcal. P.: 19 HC.: 27 L.: 51 G.: 8

AMANIDA RUSSA (PATATA, PASTANAGA,
PÈSOLS, MONGETA TENDRA, TONYINA, OU,
OLIVES)
POLLASTRE AMB ALLADA
COUS COUS
FRUITA

18

781 Kcal. P.: 16 HC.: 57 L.: 23 G.: 7

MACARRONS (INTEGRAL) AMB TOMÀQUET,
OU I FORMATGE
LLUÇ AL FORN AMB VERDURES
FRUITA

21

865 Kcal. P.: 21 HC.: 37 L.: 40 G.: 6

BULLIT DE MONGETA TENDRES I PATATA
POLLASTRE AMB SALS
PASTANAGA BOLLIDA
FRUITA

22

670 Kcal. P.: 15 HC.: 40 L.: 39 G.: 8

MONGETES SEQUES AMB ARRÒS INTEGRAL
TRUITA DE CARBASSÓ
TOMÀQUET ROSTIT
FRUITA

23

726 Kcal. P.: 11 HC.: 52 L.: 36 G.: 5

ARRÒS AMB TOMÀQUET I CEBA
FILET D'ABADEJO
MONGETES VERDES
FRUITA

24

618 Kcal. P.: 19 HC.: 53 L.: 21 G.: 3

SOPA DE FIDEUS INTEGRALS
TRAMPÓ DE CIGRONS AMB TONYINA, CEBA,
PEBROT VERMELL I PEBROT VERD
FRUITA

25

575 Kcal. P.: 17 HC.: 35 L.: 47 G.: 15

GASPATXO
MANDONGUILLES AMB SALS
ARRÒS BLANC
IOGURT

28

520 Kcal. P.: 18 HC.: 26 L.: 54 G.: 18

CREMA DE PASTANAGA
ESTOFAT DE PORC
IOGURT

29

644 Kcal. P.: 16 HC.: 49 L.: 33 G.: 5

AMANIDA DE PASTA
FILET DE LLUÇ AL FORN
VERDURES
FRUITA

30

867 Kcal. P.: 22 HC.: 33 L.: 43 G.: 7

PÈSOLS SALTEJATS AMB PERNIL
POLLASTRE TIKKA MASALA
COUS COUS
FRUITA

