

Setembre 2024



CEIP RAFAEL ALTAMIRA

Infantil i Primària

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2	3	4	5	6
9 Arròs amb tomaca Varettes de lluç Amanida Verda (enciam, cogombre, olives) Fruita de Temporada Sopar: Consomé i hamburgueses de llentilles. Fruita 811.95 KC 17.55 PR 124.18 HC 24.90 LP 3.50 GS	10 Cigrons a la mediterrània Pollastre amb saltat campestre Amanida de lletu, tomata i maiz Fruita de Temporada Sopar: Carxofes saltades i cuscús amb espècies. Fruita 773.10 KC 36.69 PR 91.50 HC 24.11 LP 4.28 GS	11 Crema de carabassa Llom adobat amb carlota saltada Amanida encisam, carlota i brots soja Fruita de Temporada Sopar: Crema de boniato i ous farcits amb ceba. Fruita 553.72 KC 15.23 PR 72.13 HC 15.44 LP 4.96 GS	12 Olleta alacantina ECO Truita amb formatge Amanida mediterrània (enci,tom, espàrr) logur Sopar: Sopa de peix i magre en salsa. Fruita 683.06 KC 36.23 PR 61.94 HC 24.14 LP 7.59 GS	13 Espaguetis a la napolitana Fogoner amb carabasseta Amanida Domicili (lech, lom, pep) Fruita de Temporada Sopar: Albergínia farcida i quinoa amb verdurettes. Fruita 639.74 KC 30.12 PR 95.39 HC 12.69 LP 1.74 GS
16 Llentilles a la jardineria amb verd. Truita espanyola Amanida d' encisam, remolatxa i dacsa Fruita de Temporada Sopar: Bullit amb fesols tendres i lluç en salsa verda. Fruita 672.24 KC 28.18 PR 84.79 HC 20.35 LP 4.02 GS	17 Pasta al pomodoro Rotllets de titot i formatge Amanida d'encis, espàrregs i llombarda Fruita de Temporada Sopar: Floricó bullida i vedella a la planxa. Fruita Fruita 755.78 KC 33.73 PR 104.01 HC 20.52 LP 7.89 GS	18 Fesols a la hortolana Mandonguilles amb salsa Amanida siciliana (enci, tom, olives) logur Sopar: Samfaina al forn i broqueta de peix. Fruita Fruita 712.17 KC 30.47 PR 32.53 HC 35.35 LP 8.26 GS	19 Sopa amb plutja Llom fresc amb ratatouille Amanida de lletu, tomata i soja Fruita de Temporada Sopar: Crema de xampinyons i regirat d'ous i porro. Fruita 746.30 KC 32.73 PR 61.66 HC 38.34 LP 12.86 GS	20 Paella alacantina Lluç amb carabassa saltada Amanida d' encisam, remol. i cogombre Fruita de Temporada Sopar: Escalivada de verdures amb olives i carn picada. Fruita 778.62 KC 34.38 PR 113.76 HC 19.19 LP 3.81 GS
23 Crema d'hortalisses Magre en salsa amb verdures Amanida de tomaca, enci i cogom. Fruita de Temporada Sopar: Cuscús de verduras i peix a la planxa. Fruita 545.26 KC 26.11 PR 65.93 HC 18.21 LP 4.27 GS	24 Potatge de cigrons Truita llauradora Amanida multicolor (ensi, llomb y dacsa) Fruita de Temporada Sopar: Puré de creïlla i carlota i sardines al forn. Fruita 710.72 KC 28.33 PR 87.38 HC 22.84 LP 3.96 GS	25 Macarrons amb bacon Escórpora amb pisto casolà Amanida de tomaca, enci i carlota Fruita de Temporada Sopar: Crema de verdures i rustidera de carn. Fruita 841.57 KC 34.80 PR 107.27 HC 28.60 LP 8.07 GS	26 Llentilles a la mediterrània Hamburguesa amb salsa de tomaca Amanida encisam, remol. i brots soja Fruita de Temporada Sopar: Menestra de verdura i ous al plat. Fruita 482.68 KC 17.16 PR 52.54 HC 20.91 LP 1.94 GS	27 Sopa d'olla Olla casolà complet Amanida encissam, cogombre i maiz logur Sopar: Peix a la planxa i coliflor ofegada. Fruita. 776.52 KC 59.23 PR 63.70 HC 29.71 LP 9.31 GS
30 Arròs 3 delícies (titot, trui, pès) Rustidera de pollastre Amanida d'encisam,remol. i espàrr. Fruita de Temporada Sopar: Bròcoli al vapor i carabasseta farcida. Fruita. 843.02 KC 32.16 PR 120.59 HC 23.72 LP 5.05 GS			Tots els dijous el menú se servirà amb pa integral.	Si s'afeg vinagre a l'ensalada contindrà sulfits.

RESSÒ: Llegums procedents de cultiu ecològic

Fruita del temps: pruna, plàtan, poma, meló d'Alger, kiwi, pinya i pera.

Al·lèrgens de declaració obligatòria.

