



# menús març 2024 - escola bressol lactants

magrana cuina RSIPAC 2607002/CA

alternatura | DIETÈTICA I NUTRICIÓ

menús revisats per dietistes-nutricionistes col·legiades pel CODINUCA

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
				1 . crema de pastanaga, xirivia, ceba i patata amb <b>ou</b> i oli d'OVE . <b>iogurt natural</b>  <i>conté ou, lactosa, prot llet</i>
4 . crema de carbassa, moniato, ceba i <b>cigrons</b> amb oli d'OVE . compota de fruita  <i>conté llegum</i>	5 . crema de carbassó, patata i ceba, amb <b>lluç</b> i oli d'OVE . <b>iogurt natural</b>  <i>conté lluç, lactosa</i>	6 . crema de pastanaga, xirivia, ceba i patata amb gall dindi i oli d'OVE . compota de fruita  <i>no conté al.lèrgens</i>	7 . crema de carbassa, pastanaga, ceba i porro amb pollastre i oli OVE . compota de fruita  <i>no conté al.lèrgens</i>	8 . crema de pastanaga, patata i ceba amb <b>ou</b> i oli d'OVE . <b>iogurt natural</b>  <i>conté ou, lactosa</i>
11 . crema de pastanaga, patata, ceba i bleda amb <b>ou</b> i oli d'OVE . compota de fruita  <i>conté ou</i>	12 . crema de coliflor, pastanaga, ceba i <b>lluç</b> i oli d'OVE . <b>iogurt natural</b>  <i>conté peix, lactosa</i>	13 . crema de bròquil, fonoll, patata i ceba amb pollastre i oli d'OVE . compota de fruita  <i>no conté al.lèrgens</i>	14 . crema de moniato, pastanaga i ceba amb gall dindi i oli d'OVE . fruita del temps  <i>no conté al.lèrgens</i>	15 . crema carbassa, bleda, ceba, porro i amb <b>cigrons</b> i oli d'OVE . <b>iogurt natural</b>  <i>conté llegum, lactosa</i>
18 . crema de carbassa, ceba i patata amb <b>lluç</b> i oli d'OVE . compota de fruita  <i>conté peix</i>	19 . crema de pastanaga, xirivia, ceba i patata amb <b>ou</b> i oli d'OVE . <b>iogurt natural</b>  <i>conté ou, lactosa</i>	20 . crema de coliflor, pastanaga i porro amb gall dindi i oli d'OVE . compota de fruita  <i>no conté al.lèrgens</i>	21 . crema de carbassó, , pastanaga, ceba i patata amb filet de porc i oli d'OVE . compota de fruita  <i>no conté al.lèrgens</i>	22 . crema de carbassa, pastanaga, ceba amb pollastre i oli d'OVE . <b>iogurt natural</b>  <i>conté lactosa</i>

## vacances de setmana santa del 25 de març a l'1 d'abril !!!!

### 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.
  - . els productes ecològics que utilitzem són: els llegums, la sal marina, l'oli d'oliva verge extra que utilitzem en cru i algunes verdures.
  - . tota la carn és fresca.
  - . el peix blanc és de pesca sostenible (lluç i bacallà congelat).
  - . s'utilitza oli d'OVE ecològic per amanir en cru
  - . en el menú hi ha especificats els al·lèrgens
  - . en el cas dels infants que no se'ls hi hagi introduït algun dels aliments que surten en el plat del dia, se'ls adaptarà el menú, previ avís de la família i l'escola.
- \*des de **magrana** ens reservem el dret a **modificar el menú**, en cas que fos necessari.

Les racions que es serveixen per grups d'aliments en la franja de 6 mesos a 3 anys només té en compte que la ració limitant és la d'aliment proteic, la resta de grups d'aliments han d'estar presents qualitativament però s'ha de respectar la sensació de gana/sacietat de l'infant.

### Racions per a infants de 6 a 12 mesos:

Carn: 20-30 g  
Peix: 30-40 g  
Ous: 1u petita  
**Energia aprox.(Kcal): 250-300**



segueix-nos per instagram a @magranacuines