

# MENÚ DE SETEMBRE

	<i>Dilluns</i>	<i>Dimarts</i>	<i>Dimecres</i>	<i>Dijous</i>	<i>Divendres</i>
10-11				Sopa de brou de carn verdures Pollastre al forn amb ceba, pastanaga i patates Fruita	Puré de verdura Pizza de cuixot i formatge Fruita
14-18	Espaguetis amb salsa de tomàtiga Truita francesa amb ensalada Fruita	Crema de pastanaga Pollastre rostit amb cus- cus (ceba, pebre verd i vermell) Fruita	Ciurons cuinats amb verdura Bacallà amb carabassí al forn Fruita amb alt contingut en vitamina C	Ensalada variada Arròs sec de carn i verdura logurt	Sopa de brou de peix amb pasta Lluç fregit amb salsa de tomàtiga i prebes vermells amb patates al forn Fruita
21-25	Llenties cuinades amb verdures Salsitxes fresques de pollastre amb puré de patata Fruita amb alt contingut en vitamina C	Macarrons amb salsa de tomàtiga i ceba Mussola al forn amb pastanaga i pèsols Fruita	Crema de carabassí Ous remenats amb salsa de tomàtiga i patates fregides Fruita	Sopa de brou de carn Lluç a la mallorquina logurt	Arròs tres delícies Croquetes de carn amb ensalada Fruita
28-30	Sopa de brou de carn i verdura Bullit de pollastre amb patata, mongeta verda, pastanaga, col, ...) Fruita	Ensalada d'arròs Lluç amb patata al forn Fruita	Ciurons cuinats amb verdura Truita francesa amb ensalada Fruita		

➤ Els menús van acompanyats de pa i aigua

**PICNIC:** Volíem informar-vos que hi haurà servei de pícnic pels alumnes de menjador quan hi hagi excursions amb dinar fora del centre: es podrà elegir entre descomptar el menú o substituir el dinar per un pícnic. Informació i reserves al menjador escolar.

**AL·LERGENS:** Si voleu informació sobre els al·lèrgens del nostre menú, podeu telefonar al menjador al numero 617.72.26.45 i demanar per na Joana.

## CONSELLS DE SALUT SETEMBRE – OBJECTIUS

El servei de menjador té com objectius principals:

- Oferir una menjada de qualitat nutricional, higiènica, sensorial i educativa.
- Fer que els nins adquireixin, juntament amb l'educació rebuda a casa, uns hàbits alimentaris, higiènics i de comportament adequats.
- Potenciar la varietat i identitat gastronòmica del nostre entorn oferint varietats locals i de temporada sempre que ens sigui possible.

Per aquest motiu, es col·laborarà amb la Conselleria de Salut i Consum amb el propòsit de promocionar una alimentació sana i equilibrada. Setembre és un mes de canvis, acaben les vacances i la bona vida i ens toca posar-nos les piles, que millor que començar el nou curs escolar amb l'objectiu de millorar el nostre estil de vida i el del nostres fills.

Per això, mensualment, a través d'aquest fulletó, amb consells molt simples, us ajudarem a millorar l'alimentació i activitat física per a trobar-nos molt millor.

AMB LA FINALITAT QUE EL NIN REBI UNA DIETA ADEQUADA PEL CORRECTE CREIXEMENT I DESENVOLUPAMENT ÉS IMPORTANT QUE ES PLANIFIQUIN ELS SOPARS EN BASE ALS DINARS QUE OFEREIX EL MENJADOR ESCOLAR.



Menjador



Informació

❖ Sabeu com contactar amb el menjador per qualsevol dubte:

- Web: [www.unsomnit.com](http://www.unsomnit.com)
- Mail: [info@unsomnit.com](mailto:info@unsomnit.com)
- Telèfon : 617.72.26.45

❖ El alumnes que necessitin règim o una dieta especial degut a al·lèrgies o intoleràncies alimentàries o no puguin quedar-se menjador, han d'informar-ho directament a la cuina o telefonar al número 617.72.26.45 abans de les 10:00 del matí.