

Presentació Menú Casa de Colònies

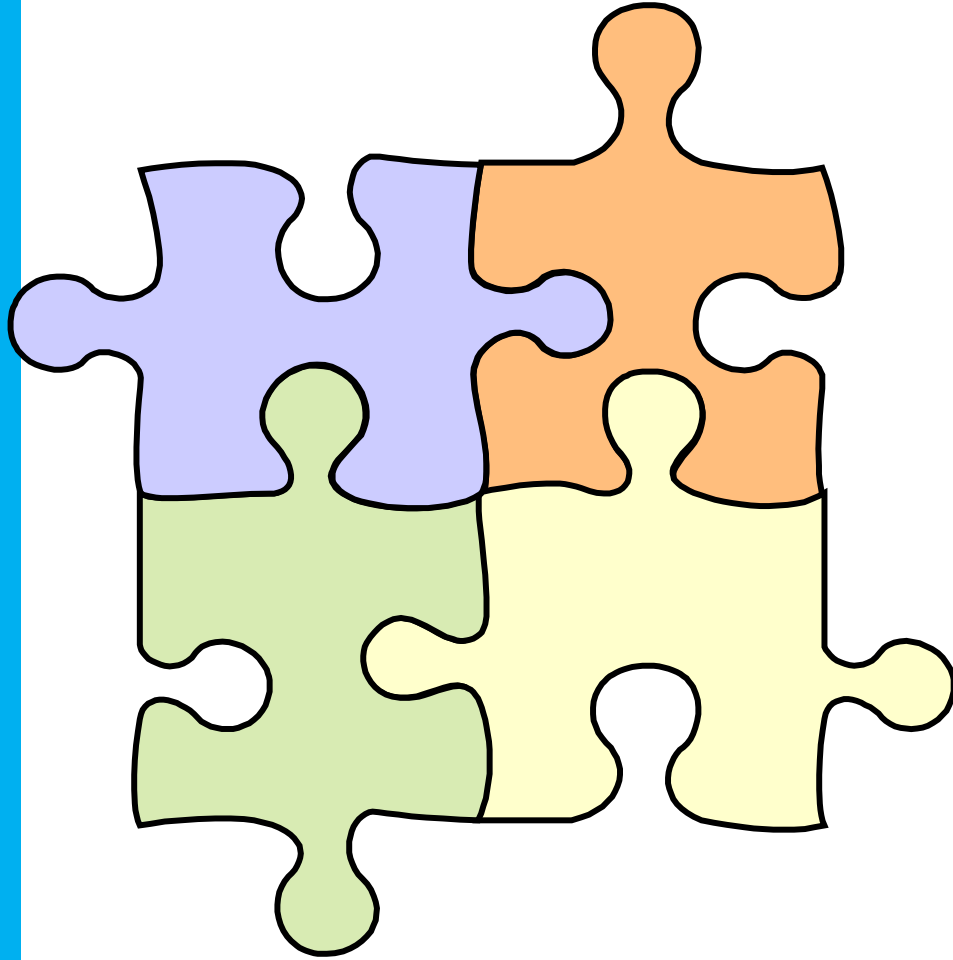


ÍNDEX

- ELS PILARS BÀSICS DE LES COLÒNIES
- COM HAN DE SER ELS MENÚS?
- LES DIETES ESPECIALS
- LES NECESSITATS HÍDRiques



ELS PILARS BÀSICS DE LES COLÒNIES



- EL LLEURE
- L'EDUCACIÓ
- LA CONVICÈNCIA
- EL COMPARTIR

COM HAN DE SER ELS MENÚS?

- Equilibrats
- Variats
- Adequats
- Agradables
- Suficients
- Distribuïts
- Únics (especials)



COM HAN DE SER ELS MENÚS?

- **Equilibrats**
- Variats
- Adequats
- Agradables
- Suficients
- Distribuïts
- Únics (especials)



COM HAN DE SER ELS MENÚS?

- Equilibrats
- **Variats**
- Adequats
- Agradables
- Suficients
- Distribuïts
- Únics (especials)



COM HAN DE SER ELS MENÚS?

- Equilibrats
- Variats
- **Adequats**
- Agradables
- Suficients
- Distribuïts
- Únics (especials)



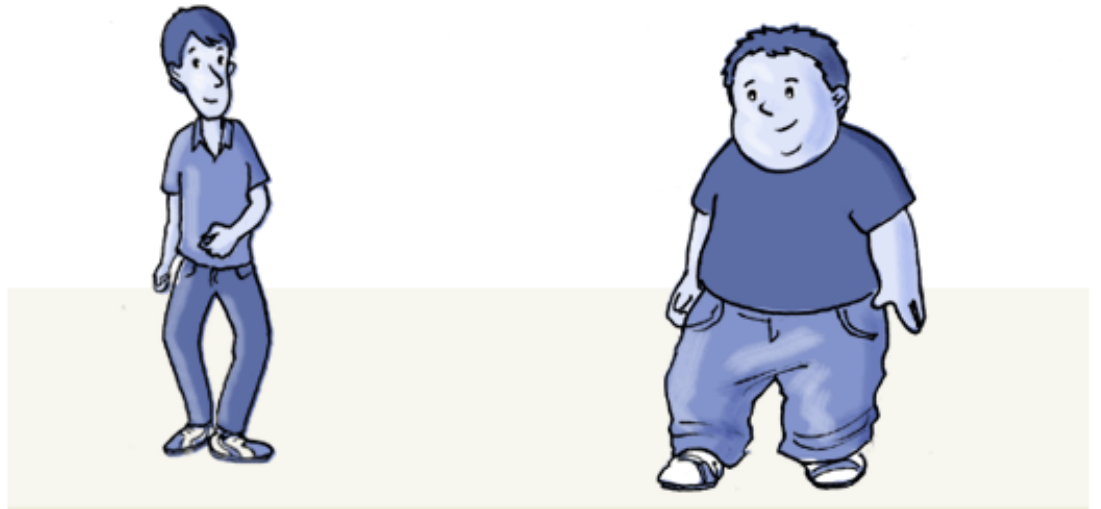
COM HAN DE SER ELS MENÚS?

- Equilibrats
- Variats
- Adequats
- **Agradables**
- Suficients
- Distribuïts
- Únics (especials)



COM HAN DE SER ELS MENÚS?

- Equilibrats
- Variats
- Adequats
- Agradables
- **Suficients**
- Distribuïts
- Únics (especials)



COM HAN DE SER ELS MENÚS?

- Equilibrats
 - Variats
 - Adequats
 - Agradables
 - Suficients
 - **Distribuïts**
 - Únics (especials)
- Esmorzar 25%
 - Dinar 35%
 - Berenar 10%
 - Sopar 30%



COM HAN DE SER ELS MENÚS?

- Equilibrats
- Variats
- Adequats
- Agradables
- Suficients
- Distribuïts
- **Únics (especials)**



LES DIETES ESPECIALES

- Les més habituals:
 - Celíacs.
 - Intol·lerant lactosa.



LES NECESSITATS HÍDRIQUES

- PÈRDUES:
- Orina
- Femta
- Suor
- Evaporació
- Respiració
- Sang



LES NECESSITATS HÍDRIQUES

- **A-Per viure: 500 ml**
- **B- Per grans pèrdues: 500 ml**
- **C- Activitat lleugera: 500 ml**
(activitat física del dia a dia, caminar, pujar escales, planxar...)
- **Activitat moderada: 750 ml**
(activitat del dia a dia i una activitat física de 3-4 dies/set d'almenys 1 hora)
- **Activitat severa: 1000 ml**
(Feina d'un esforç físic important com la construcció, canbrer de terrassa...)
- **D- Sí complexió grossa: 500 ml** **(1L-2,5L)**
- **Sí complexió petita o nens/es: -500 ml**

MENÚ 3 DIES OPCIÓ A		DIA 1	DIA 2	DIA 3
DINAR	<i>Primer plat</i>	Macarrons amb bolonyesa.	Llenties estofades	Paella d'arròs
	<i>Segon plat</i>	Bistec de pollastre	Botifarra d'au	Hamburguesa de vedella
	<i>Guarnició</i>	Enciam, pastanga i olives	Patates fregides	Salsa de tomàquet
	<i>Postres</i>	Macedònia de fruites	Flam	Gelat

SOPAR	<i>Primer plat</i>	Verdura bullida	Sopa de pistons	
	<i>Segon plat</i>	Hamburguesa de tonyina	Truita de patata	
	<i>Guarnició</i>	Puré patata.	Enciam, tomàquet i olives	
	<i>Postres</i>	logurt de gustos	Una poma	

MENÚ 3 DIES OPCIÓ B		DIA 1	DIA 2	DIA 3
DINAR	<i>Primer plat</i>	Espaguetis bolonyesa	Amanida de cigrons	Amanida de pasta
	<i>Segon plat</i>	Escalopa de pollastre	mandonguilles estofades	Arròs a la cubana
	<i>Guarnició</i>	Enciam, pastanaga i olives	salsa de tomàquet i pèsols	Tomaquet
	<i>Postres</i>	Plàtan	Gelat	Flam

SOPAR	<i>Primer plat</i>	Crema de carbassó	Sopa de marevella	
	<i>Segon plat</i>	Truita de patata	Bombó de lluç	
	<i>Guarnició</i>	Pa amb tomàquet	Enciam, tomàquet i olives	
	<i>Postres</i>	logurt de gustos	Macedònia de fruites	

Proposta de Menús

Menú 3 dies		Dia 1	Dia 2	Dia 3
Esmorzar	<i>Beguda calenta</i>		Llet amb cacau o suc	Llet amb cacau o suc
	<i>Pa / Bolleria</i>		Torrades /Croissants	Pa amb tomàquet
	<i>Salat</i>		Llonganissa	formatge tendre
	<i>Dolç</i>		Xocolata per untar	Mantega i melmelada
BERENAR		Dia 1	Dia 2	Dia 3
Berenar	<i>Beguda</i>	Suc de fruita	Suc de fruita	Suc de fruita
	<i>Sòlid</i>	Galetes amb xocolata	Mantega i melmelada	Pa amb xocolata d'untar

MOLTES GRÀCIES!

Joan Majó i Merino

The logo for CODINUCAT features the word in a bold, sans-serif font. The 'CO' is in grey, 'DINU' is in green, and 'CAT' is in grey. A thick green horizontal bar is positioned above the letters 'DINU'.

nº191



joan.majo@grupserhs.com

	A	B	C	D	E	F	G	H	I
1									
2		ESCANDALLS							
3									
4									
5		Espaguetis bolonyesa	Preu venda	Preu net Kg.	eur/kg.	kg/gr.	eur/cost		
6									
7	32113	Macarrons / espaguetis El Pavo	5,4	0,9	0,42 €	0,180	0,075 €		Rendiment: 2,15
8	33107	Salsa Bolonyesa GB	5,4	0,216	0,22 €	0,070	0,015 €		
9		Bases i amaniments			0,80 €	0,015	0,012 €	0,102 €	
10									
11									
12		Botifarra amb patates	Preu venda	Preu net Kg.	eur/kg.	kg/gr.	eur/cost		
13									
14	71704	Botifarra Gall d'indi 120gr c/5kg	4,53	4,53	4,53 €	0,120	0,544 €		
15	45071	Patates fregides bossa 2,5kg	8,9	0,89	0,89 €	0,080	0,071 €		
16	33041	Ketchup	2,25	1,21	1,21 €	0,025	0,030 €		
17		Bases i amaniments			0,80 €	0,015	0,012 €	0,657 €	
18									
19									
20		Mandonguilles amb pesols	Preu venda	Preu net Kg.	eur/kg.	kg/gr.	eur/cost		
21									
22	71755	Mandonguilles gall d'indi	4,25	4,25	4,25 €	0,100	0,425 €		
23	45039	Pesol superfi	12,2	1,22	1,22 €	0,030	0,037 €		
24	33186	Salsa demiglace desidratada GB	7,64	7,64	0,84 €	0,050	0,042 €		Rendiment 9,5 litres
25		Bases i amaniments				0,015		0,504 €	

Productes alternatius que busquen equilibri dietetic, facilitat de utilització, atractiu al consumidor:

44746	Escalopa de pollastre natural (Bistec)*
71171	Bistec de pollastre *c/6 kgr.
71152	Pernilet de pollastre Jumbo*
71704	Botifarra de gall d'indi de 120 gr.*c/5 kgr.
71754	Hamburguesa de Gall d'indi c/5 kgr.
71755	Mandonguilles de gall d'indi *
71816	Ou dur galleda de 36 un.
71812	Ou sencer liquid a. 1 ltr.
45065	Ceba trossos c/4x2,5 Kg.*
45049	Patata daus c/4x2,5 Kgr.*
43287	Truita de patata congelada c/10 un.*
43281	Truita de patata i carbaço c/10 un*
22124	Hamburguesa de tonyina congelada c/50 un*
22245	Filet de lluç bombon c/5 kgr.*
66278	pernil pais llescat 1 kgr.
69201	logurt natural galleda 5 kgr. Ubach.

Productes alternatius que busquen equilibri dietètic, facilitat de utilització, atractiu al consumidor:

31498	Tonyina bossa 970 gr. c/16
31188	Olives s/pinyol gal'o c/2
31153	Tomaquet fregit Cedi 3 Kgr. f/o
32415	Noodels * Fideu xines(b/200 gr. c/20
32516	Tortellinis al ou secs b/2kgr. c/4
34141	Magnum oli vegetal per fregir 22kgr.
32561	Brou concentrat pollastre Gallina Blanca 0,500 l c/6
33105	Salsa Bolognesa Gallina Bl.1 ltr. c/6
33107	Salsa carbonara Gallina Blanca 1 kg. C/ 6
33186	Salsa Demiglacé Gallina Blanca 1 Kg.
56443	Natilles instant Gallina Blanca 1 kg. c/1
56442	Flam instant Gallina Blanca p/1kg c/1
33382	Maionesa dosip. 4,6kg

TEMES D'ACTUALITAT



Las colectividades y restaurantes estarán obligados a informar sobre los alérgenos



TABLA AL·LÈRGENS

SEPM distribució

DECLARACIÓ OBLIGATÒRIA D'AL·LÈRGENS EN LA LLISTA D'INGREDIENTS

Producte:

Al·lèrgens (1)	Utilitzats com ingredient		Presència involuntària (2)	
	SI/NO	Nom ingredient	SI	NO
Cereals que continguin gluten i productes derivats: Blat, ordi, sègol, civada, espelta, aput i altres seves varietats híbrides				
Crustacis i derivats: Gambes, llagostins, escamarlans, crancs, llagosta... i els seus extractes				
Ous i productes a base d'ous: Ous sencers, clare d'ou, rovell d'ou, proteïna d'ou...				
Pelx i productes a base de pelx: Extractes de pelx, proteïna de pelx...				
Cacaos i productes a base de cacaos: Mantega de cacauet, farina de cacauet, proteïna de cacauet, oli de cacauet...				
Soja i productes a base de soja: En forma de lecitina, proteïna, oli, salsa...				
Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa): Tota classe de productes lactics, mantega, formatges, margarin, casella, lactosèrum, lactoglobulina, caseïnats...				
Fructes amb closca i derivats: Ametlles, avellanes, nous, anacards, pecanes, nogueres del Brasil, castanyes, festucs, nous de macadamia i derivats...				
Api i productes derivats: En forma de fulles, extractes, llavors, sal d'api, espècies banyades amb api...				
Mostassa i productes derivats: Mostassa i productes derivats a base de mostassa.				
Grans de sèsam i productes a base de grans de sèsam: Llavors de sèsam o els seus derivats en forma d'oli, pasta...				
Dioxid de sofre i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/Kg o 10 mg/l expressat en SO ₂				
Tramussos i productes a base de tramussos				
Molluscos i productes a base de molluscos: Pops, calamars, sípies, cloïsses, musclos, escopinyes, ostres... i els seus extractes				

(1) Per omplir el següent quadre s'ha tingut en compte el Reglament (nòm. 1169/2011) del Parlament Europeu i del Consell de 2 d'octubre de 2011 sobre la informació alimentària facilitada al consumidor.

(2) "SI" indica que no és possible evitar la seva presència en el producte. És a dir, quan existeix el perill de contaminació creuada en les instal·lacions.

NOM D'EMPRESA:	
DATA:	
SEGELL I SIGNATURA:	

Exemple

TEMES D'ACTUALITAT



I. DISPOSICIONES GENERALES

MINISTERIO DE LA PRESIDENCIA

12006 *Real Decreto 895/2013, de 15 de noviembre, por el que se modifica el Real Decreto 1431/2003, de 21 de noviembre, por el que se establecen determinadas medidas de comercialización en el sector de los aceites de oliva y del aceite de orujo de oliva.*

España, como líder mundial en la producción de aceite de oliva, tiene un firme compromiso con todas aquellas medidas que contribuyan a reforzar la competitividad de este importante sector.

El canal HORECA, entendido como el conjunto de establecimientos del sector de la hostelería y la restauración y de los servicios de catering, ha venido contribuyendo a poner en valor y acercar el aceite de oliva español a sus clientes.

El «Plan de acción sobre el sector del aceite de oliva de la Unión Europea» establece una serie de medidas encaminadas a mejorar la competitividad del sector oleícola, entre las que se encuentra estimular a los Estados miembros a exigir la utilización de envases que no permitan el relleno en el canal HORECA.

Esta medida persigue continuar avanzando en la garantía de la calidad y autenticidad

TEMES D'ACTUALITAT



Codi 34113

- ✓ Oli de tortó a l'Arbequina
- ✓ Format 375 ml
- ✓ 1,35€ / unitat

Web

www.serhsdistribucio.com

Fes les teves comandes on-line



★ Inici

👤 Iniciar sessió >



Gestió
d'incidències web
24h x 365 dies



Descobreix
com
funciona
la web >