

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

01

FESTIU

02

Amanida d'arròs amb formatge fresc i blat de moro
Varetes de lluç amb amanida d'enciam, pastanaga i olives
Fruita fresca/Pa
651,4Kcal - Prot:12,2g - Lip:19,0g - HC:104,3g
AGS:2,9g - Sucres:23,8g - Sal:4,0g

03

Amanida campera (patata, tomàquet, pebrot, ceba i tonyina)
Vedella amb salsa de pastanagues
Fruita fresca/Pa
573,5Kcal - Prot:41,6g - Lip:20,2g - HC:51,9g
AGS:7,5g - Sucres:24,9g - Sal:1,9g

04

Llenties amb verdures
Truita de patates amb amanida d'enciam, tomàquet i olives
logurt/Pa
683,2Kcal - Prot:27,9g - Lip:24,6g - HC:83,3g
AGS:6,4g - Sucres:25,2g - Sal:4,0g

07

Crema de porros
Salsitxes a la planxa amb patates xips
Fruita fresca/Pa
669,2Kcal - Prot:21,5g - Lip:29,0g - HC:76,2g
AGS:8,7g - Sucres:26,9g - Sal:3,9g

08

Fideuà de marisc
Lluç a la planxa amb samfaina
Fruita fresca/Pa
855,0Kcal - Prot:33,3g - Lip:41,7g - HC:83,1g
AGS:11,1g - Sucres:20,1g - Sal:5,0g

09

Mongetes verdes amb patates
Filet de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro
Gelats/Pa
668,7Kcal - Prot:40,0g - Lip:25,9g - HC:64,8g
AGS:7,5g - Sucres:26,2g - Sal:1,9g

10

Mongetes blanques estofades amb xoriç
Truita de tonyina amb amanida d'enciam, blat de moro i olives
Fruita fresca/Pa
795,20Kcal - Prot:32,40g - Lip:37,9g - HC:72,0g
AGS:9,8g - Sucres:19,0g - Sal:2,8g

11

Arròs tres delícies
Maires a l'andalusa amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga
Fruita fresca/Pa
675,3Kcal - Prot:28,7g - Lip:18,4g - HC:96,0g
AGS:3,1g - Sucres:17,6g - Sal:2,0g

14

Empedrat de llenties amb tomàquet, pebrot, ceba i olives
Truita francesa amb amanida d'enciam, pastanaga i blat de moro
Fruita fresca/Pa
558,3Kcal - Prot:28,4g - Lip:16,0g - HC:73,7g
AGS:3,1g - Sucres:20,1g - Sal:1,8g

15

Amanida d'arròs amb enciam, blat de moro i tonyina
Pernilets de pollastre en salsa amb xampinyons
Fruita fresca/Pa
715,5Kcal - Prot:40,6g - Lip:21,6g - HC:85,9g
AGS:5,3g - Sucres:18,5g - Sal:1,6g

16

Cigrons amb verdures
Croquetes de pernil amb amanida de tomàquet
Fruita fresca/Pa
771,0Kcal - Prot:27,6g - Lip:18,2g - HC:115,3g
AGS:2,5g - Sucres:28,5g - Sal:3,2g

17

Espirals amb tomàquet
Lluç al forn o a la planxa amb amanida d'enciam, pastanaga i olives
logurt sabors/Pa
634,3Kcal - Prot:32,5g - Lip:17,7g - HC:83,8g
AGS:4,8g - Sucres:24,6g - Sal:2,5g

18

Crema Saint Germain (pèsols i porro)
Estofat de vedella amb patates i minestra
Fruita fresca/Pa
701,8Kcal - Prot:31,1g - Lip:31,6g - HC:68,9g
AGS:11,8g - Sucres:19,3g - Sal:1,5g

21

LLIURE DISPOSICIÓ

22

Arròs amb salsa de tomàquet
Salmó a la planxa amb enciam, pastanaga i blat de moro
logurt sabors/Pa
721,6Kcal - Prot:31,9g - Lip:25,5g - HC:89,5g
AGS:5,3g - Sucres:23,6g - Sal:2,1g

23

Amanida de pasta amb palets de cranc
Filet de pollastre al forn amb amanida d'enciam, blat de moro i olives
Fruita fresca/Pa
819,8Kcal - Prot:42,3g - Lip:34,6g - HC:81,3g
AGS:11,9g - Sucres:20,5g - Sal:3,1g

24

Ensaladilla russa
Truita francesa amb amanida d'enciam i tomàquet i blat de moro
Fruita fresca/Pa
564,4Kcal - Prot:17,1g - Lip:19,2g - HC:75,4g
AGS:3,2g - Sucres:22,6g - Sal:3,8g

25

Cigrons amb espinacs
Bacallà al forn amb salsa de tomàquet
Fruita fresca/Pa
669,4Kcal - Prot:41,6g - Lip:20,1g - HC:73,8g
AGS:4,6g - Sucres:20,0g - Sal:1,6g

28

Tallarines napolitana
Truita amb formatge i amanida d'enciam, blat de moro i olives
Fruita fresca/Pa
709,6Kcal - Prot:28,7g - Lip:28,2g - HC:81,2g
AGS:8,3g - Sucres:20,1g - Sal:2,9g

29

Llenties amb patates
Vedella a la jardineria
Fruita fresca/Pa
732,8Kcal - Prot:34,2g - Lip:32,8g - HC:70,5g
AGS:11,9g - Sucres:19,6g - Sal:1,6g

30

Mongetes blanques amb verdures
Nuggets de pollastre amb amanida d'enciam, pastanaga i blat de moro
Gelats/Pa
777,4Kcal - Prot:29,2g - Lip:24,4g - HC:101,7g
AGS:7,3g - Sucres:27,9g - Sal:2,8g

31

Verdura tricolor a l'oli d'all
Gall dindi al forn amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga
Fruita fresca/Pa
639,7Kcal - Prot:38,4g - Lip:24,4g - HC:61,5g
AGS:5,6g - Sucres:23,9g - Sal:1,9g