

**DILLUNS**

**02**

*Arròs ecològic amb salsa de tomàquet  
Croquetes de pernil amb amanida d'enciam,  
pastanaga i olives  
Fruita ecològica fresca/Pa  
651,4Kcal - Prot:12,2g - Lip:19,0g - HC:104,3g  
AGS:2,9g - Sucre:23,8g - Sal:4,0g*

**DIMARTS**

**03**

*Cigrons ecològics amb verdures  
Pollastre al forn amb patates panadera  
Fruita fresca/Pa  
749,6Kcal - Prot:41,4g - Lip:24,0g - HC:85,3g  
AGS:4,8g - Sucre:18,6g - Sal:1,8g*

**DIMECRES**

**04**

*Espaguetis ecològics amb salsa de xampinyons  
Salmó a la planxa amb amanida d'enciam,  
blat de moro i olives  
Fruita fresca/Pa  
519,6Kcal - Prot:12,8g - Lip:14,2g - HC:81,3g  
AGS:4,6g - Sucre:20,3g - Sal:1,8g*

**DIJOUS**

**05**

*Bròquil amb beixamel gratinat amb formatge  
Vedella amb salsa de pastanagues  
Fruita fresca/Pa  
573,5Kcal - Prot:41,6g - Lip:20,2g - HC:51,9g  
AGS:7,5g - Sucre:24,9g - Sal:1,9g*

**DIVENDRES**

**06**

*Sopa d'au amb fideus  
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 - Sucre:25,2g - Sal:4,0g*

**09**

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

**10**

*Fideuà de marisc (Fideus ECO)  
Conill rostit amb ceba, pastanaga i  
tomàquet  
Fruita fresca/Pa  
855,0Kcal - Prot:33,3g - Lip:41,7g - HC:83,1g  
AGS:11,1g - Sucre:20,1g - Sal:5,0g*

**11**

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

**12**

**FESTIU**

**13**

**FESTIU**

**16**

*Llenties ecològiques amb pastanaga  
Truita francesa amb amanida d'enciam,  
tomàquet i blat de moro  
Fruita fresca/Pa  
558,3Kcal - Prot:28,4g - Lip:16,0g - HC:73,7g  
AGS:3,1g - Sucre:20,1g - Sal:1,8g*

**17**

*Paella mixta (Arròs ECO)  
Pernilets de pollastre en salsa amb  
xampinyons  
Fruita ecològica/Pa  
715,5Kcal - Prot:40,6g - Lip:21,6g - HC:85,9g  
AGS:5,3g - Sucre:18,5g - Sal:1,6g*

**18**

*Pèsols saltejats amb patates  
Llom rostit amb pebrot i ceba  
Fruita fresca/Pa  
771,0Kcal - Prot:27,6g - Lip:18,2g - HC:115,3g  
AGS:2,5g - Sucre:28,5g - Sal:3,2g*

**19**

*Espirals ecològiques 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 - Sucre:24,6g - Sal:2,5g*

**20**

*Sopa de lletres  
Estofat de vedella amb patates i minestra  
Fruita fresca/Pa  
701,8Kcal - Prot:31,1g - Lip:31,6g - HC:68,9g  
AGS:11,8g - Sucre:19,3g - Sal:1,5g*

**23**

*Mongetes tendres amb patates al vapor  
Hamburguesa a la planxa amb ceba  
caramel·litzada  
Fruita fresca/Pa  
745,5Kcal - Prot:22,2g - Lip:20,4g - HC:94,6g  
AGS:6,8g - Sucre:53,0g - Sal:2,9g*

**24**

*Arròs ecològic 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 - Sucre:23,6g - Sal:2,1g*

**25**

*Macarrons ecològics amb carbonara  
Filet de pollastre al forn amb amanida  
d'enciam, blat de moro i olives  
Fruita ecològica/Pa  
819,8Kcal - Prot:42,3g - Lip:34,6g - HC:81,3g  
AGS:11,9g - Sucre:20,5g - Sal:3,1g*

**26**

*Crema de verdures  
Truita de patata i ceba 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 - Sucre:22,6g - Sal:3,8g*

**27**

*Cigrons ecològics amb patata  
Magra de porc amb tomàquet  
Fruita fresca/Pa  
669,4Kcal - Prot:41,6g - Lip:20,1g - HC:73,8g  
AGS:4,6g - Sucre:20,0g - Sal:1,6g*

**30**

*Tallarines ecològics 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 - Sucre:20,1g - Sal:2,9g*

**31**

*Sopa de l'avia  
Vedella a la jardinera  
Fruita fresca/Pa  
732,8Kcal - Prot:34,2g - Lip:32,8g - HC:70,5g  
AGS:11,9g - Sucre:19,6g - Sal:1,6g*