

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

03

Amanida de patata, tomàquet, pebrot i ceba
Cigrons amb espinacs

Pa blanc/integral i logurt natural de proximitat
591,7Kcal - Prot:22,8g - Lip:12,8g - HC:89,5g
AGS:3,2g - Sucre:11,7g - Sal:1,6g

04

Amanida de lleties
Truita de patates
Enciam i tomàquet

Pa blanc/integral i Fruita fresca de temporada
553,4Kcal - Prot:23,4g - Lip:21,8g - HC:60,3g
AGS:4,3g - Sucre:16,8g - Sal:3,2g

05

Espaguetis amb salsa napolitana
Filet de lluç a la romana
Mezclum amb olives negres

Pa blanc/integral i Fruita fresca de temporada
565,3Kcal - Prot:24,6g - Lip:15,3g - HC:77,7g
AGS:2,2g - Sucre:17,5g - Sal:1,9g

06

Arròs saltejat amb bolets
Pernilets de pollastre amb herbes provençals
Enciam i pastanaga

Pa blanc/integral i Fruita fresca de temporada
597,5Kcal - Prot:24,4g - Lip:17,9g - HC:82,3g
AGS:4,0g - Sucre:15,6g - Sal:1,6g

07

Crema de pastanaga
Croquetes de pollastre
Enciam i blat de moro

Pa blanc/integral i logurt natural de proximitat
524,3Kcal - Prot:14,3g - Lip:20,5g - HC:65,7g
AGS:4,7g - Sucre:22,5g - Sal:4,0g

08

Verdura tricolor
Mongetes blanques saltejades amb ceba i pastanaga

Pa blanc/integral i Fruita fresca de temporada
529,9Kcal - Prot:18,2g - Lip:6,6g - HC:88,4g
AGS:1,0g - Sucre:22,3g - Sal:1,4g

09

Crema d'hortalisses d'estiu (mongeta verda, carbassó i pastanaga)
Mandonguilles guisades amb xampinyons

Pa blanc/integral i Fruita fresca de temporada
815,3Kcal - Prot:25,1g - Lip:43,5g - HC:74,8g
AGS:3,5g - Sucre:21,9g - Sal:1,8g

10

Amanida d'arròs i verdures
Truita francesa
Enciam i olives

Pa blanc/integral i Fruita fresca de temporada
624,3Kcal - Prot:20,6g - Lip:22,3g - HC:82,8g
AGS:5,0g - Sucre:16,6g - Sal:2,2g

11

Sopa de galets
Bacallà a la romana
Enciam i blat de moro

Pa blanc/integral i Fruita fresca de temporada
507,8Kcal - Prot:17,7g - Lip:13,8g - HC:72,4g
AGS:2,2g - Sucre:19,9g - Sal:1,7g

12

Mongetes seques saltejades amb all i julivert
Contraçuixa de pollastre a la planxa
Carbassó arrebossat

Pa blanc/integral i Fruita fresca de temporada
729,1Kcal - Prot:34,1g - Lip:27,0g - HC:78,3g
AGS:4,9g - Sucre:18,6g - Sal:1,6g

13

FESTIU

14

Vichyssoise tèbia
Lleties estofades amb verdures

Pa blanc/integral i Fruita fresca de temporada
531,4Kcal - Prot:20,5g - Lip:8,1g - HC:86,5g
AGS:1,4g - Sucre:25,8g - Sal:1,4g

15

Sopa d'au amb arròs
Fricandó de vedella amb sofregit de verdures
Patates xips

Pa blanc/integral i Fruita fresca de temporada
823,6Kcal - Prot:37,9g - Lip:38,8g - HC:75,9g
AGS:14,4g - Sucre:18,0g - Sal:2,0g

16

Amanida de cigrons
Pollastre arrebossat
Enciam i olives

Pa blanc/integral i Fruita fresca de temporada
638,9Kcal - Prot:37,8g - Lip:22,1g - HC:66,6g
AGS:3,5g - Sucre:16,0g - Sal:3,0g

17

Mongeta verda amb patata
Truita de pernil dolç
Enciam i tomàquet

Pa blanc/integral i Fruita fresca de temporada
518,0Kcal - Prot:22,3g - Lip:20,7g - HC:56,6g
AGS:4,5g - Sucre:18,4g - Sal:1,8g

18

Amanida de pasta
Filet de lluç a la planxa
Enciam i brots de soja

Pa blanc/integral i logurt natural de proximitat
533,5Kcal - Prot:30,7g - Lip:16,0g - HC:62,9g
AGS:4,1g - Sucre:9,4g - Sal:2,4g

19

Sopa amb pistons
Hamburguesa vegetal a la planxa
Amanida de tomàquet i enciam

Pa blanc/integral i Fruita fresca de temporada
513,7Kcal - Prot:16,7g - Lip:10,6g - HC:80,7g
AGS:1,8g - Sucre:21,8g - Sal:1,4g

20

Mongeta tendra saltejada amb patata
Cigrons amb espinacs

Pa blanc/integral i logurt natural de proximitat
561,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:13,0g - HC:77,8g
AGS:3,3g - Sucre:13,7g - Sal:1,6g

21

Patates estofades amb verdures
Bacallà a l'andalusa
Enciam i blat de moro

Pa blanc/integral i Fruita fresca de temporada
544,2Kcal - Prot:26,0g - Lip:14,4g - HC:73,2g
AGS:2,1g - Sucre:19,3g - Sal:1,9g

22

Cassoleta d'arròs amb verdures
Croquetes de pernil
Enciam i pastanaga

Pa blanc/integral i Fruita fresca de temporada
645,3Kcal - Prot:12,9g - Lip:17,4g - HC:105,3g
AGS:2,7g - Sucre:24,3g - Sal:3,6g

23

Amanida de mongetes blanques amb cuscús
Contraçuixa de gall dindi a la planxa
Barreja d'enciams (iceberg i romana) i olives

Pa blanc/integral i Fruita fresca de temporada
581,8Kcal - Prot:30,5g - Lip:20,0g - HC:64,5g
AGS:4,2g - Sucre:16,2g - Sal:2,4g

24

Sopa amb pistons
Hamburguesa vegetal a la planxa
Amanida de tomàquet i enciam

Pa blanc/integral i Fruita fresca de temporada
513,7Kcal - Prot:16,7g - Lip:10,6g - HC:80,7g
AGS:1,8g - Sucre:21,8g - Sal:1,4g

25

Mongeta tendra saltejada amb patata
Cigrons amb espinacs

Pa blanc/integral i logurt natural de proximitat
561,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:13,0g - HC:77,8g
AGS:3,3g - Sucre:13,7g - Sal:1,6g

26

Patates estofades amb verdures
Bacallà a l'andalusa
Enciam i blat de moro

Pa blanc/integral i Fruita fresca de temporada
544,2Kcal - Prot:26,0g - Lip:14,4g - HC:73,2g
AGS:2,1g - Sucre:19,3g - Sal:1,9g

27

28

29

30

31