

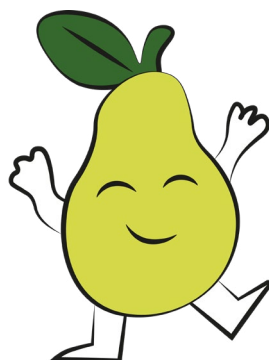
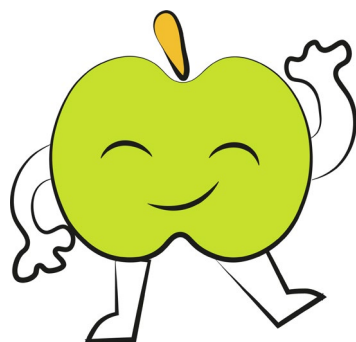
Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



21

FESTIU

22

Prt. 14 HC. 110 Lip. 26 KCal. 501

Arròs amb tomàquet
Croquetes de carn d'olla
Enciam i pastanaga
Fruita del temps

Verdura/peix+patata/làctic

23

SANT JORDI

Sopa de lletres
Pernilets de pollastre al forn amb
canyella
amb patata al forn
iogurt natural

Amanida/Prot.vegetal/Fruita

24

Prt. 25 HC. 82 Lip. 15 KCal. 551

Macarrons amb albergínia
Lluç amb salsa verda
Fruita del temps

Amanida/Au+verdura/Làctic

25

Prt. 21 HC. 74 Lip. 33 KCal. 567

Minestra de verdures
Llenties guisades
Fruita del temps

Verdura/Porc+cereal/làctic

28

Prt. 27 HC. 82 Lip. 34 KCal. 518

Bajoques amb patata
Llonganissa
Fesols saltats guarnició
Fruita del temps

 ...i per la nit: Amanida/Au+cereal/làctic

29

Prt. 43 HC. 75 Lip. 71 KCal. 587

Espirals amb salsa de formatge
Filet de verat
Amb samfaina
Fruita del temps

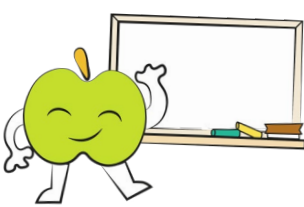
Amanida/porc+patata/làctic

30

Prt. 27 HC. 82 Lip. 30 KCal. 599

Pure de llegum
Hamburguesa coliflor i formatge
Enciam i tomaquet
Fruita del temps

Verdura/au+amanida/fruïta

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
			1 FESTIU	2 Prt. 23 HC. 74 Lip. 21 KCal. 554 Arròs amb hortalisses Pollastre al forn amb aromàtiques Amb patata panadera Fruita del temps Amanida/prot.vegetal/làctic
5 Prt. 49 HC. 85 Lip. 29 KCal. 576 Minestra de verdures Llenties guisades Fruita del temps ...i per la nit: Verdura/au+patata/làctic	6 Prt. 18 HC. 66 Lip. 36 KCal. 548 Macarrons amb verdura Truita francesa Enciam i olives Fruita del temps Verdura/peix+amanida/fruïta	7 Prt. 28 HC. 77 Lip. 12 KCal. 506 Sopa d'au amb fideus Pollastre a la farigola Amb patata panadera Fruita del temps Amanida/prot.vegetal/làctic	8 Prt. 21 HC. 80 Lip. 25 KCal. 624 Coliflor amb patata Lluç a la vizcaina logurt natural Verdura/porc+llegums/làctic	9 Prt. 18 HC. 90 Lip. 14 KCal. 533 Arròs amb tomàquet Rodó de gall dindi amb poma Fruita del temps Amanida/ou+patata/làctic
12 Prt. 45 HC. 88 Lip. 49 KCal. 558 Espaguetis amb tomàquet Salmó a la taronja Amb pastanaga Fruita del temps ...i per la nit: Amanida/prot.vegetal/làctic	13 Prt. 25 HC. 59 Lip. 19 KCal. 503 Pure de porro Pernilets de pollastre amb allada Enciam i tomaquet Fruita del temps Llegums/ou+amanida/làctic	14 Prt. 13 HC. 88 Lip. 33 KCal. 593 Arròs amb hortalisses Truita de carbassó Enciam i olives logurt natural Verdura/peix+patata/làctic	15 Prt. 30 HC. 78 Lip. 53 KCal. 599 Fesols amb amb pebrot i pastanaga Llonganissa Ceba confitada Fruita del temps Verdura/au+amanida/fruïta	16 Prt. 20 HC. 67 Lip. 21 KCal. 525 Bajoques amb patata Mandonguilles de soja salsa de tomàquet Fruita del temps Amanida/vedella+verdura/fruïta
19 Prt. 32 HC. 70 Lip. 12 KCal. 501 Minestra de verdures Mandonguilles de vedella amb bolets Fruita del temps ...i per la nit: Amanida/ou+cereal/làctic	20 Prt. 21 HC. 79 Lip. 15 KCal. 515 Arròs amb tomàquet Lluç amb salsa verda Fruita del temps Amanida/porc+verdura/làctic	21 Prt. 31 HC. 74 Lip. 25 KCal. 531 Bròquil amb patates Cigrons amb carbassó Fruita del temps Amanida/au+verdura/fruïta	22 Prt. 12 HC. 79 Lip. 28 KCal. 594 Llacets amb olives negres, alfàbrega i tomàquet Rodanxa de lluç a la romana Enciam i cogombre logurt natural Verdura/prot.vegetal/làctic	23 Prt. 25 HC. 51 Lip. 23 KCal. 499 Patates estofades amb verdures Cuixa de pollastre al forn Enciam i blat de moro Fruita del temps Amanida/peix+verdura/làctic
26 Prt. 29 HC. 127 Lip. 26 KCal. 533 Pure de carbassó Fideus a la cassola amb hortalisses Fruita del temps ...i per la nit: Amanida/prot.vegetal/làctic	27 Prt. 27 HC. 54 Lip. 20 KCal. 508 Bròquil amb patates i pastanaga Pernilets de pollastre al forn amb canyella Enciam i tomaquet Fruita del temps Cereal/ou+amanida/làctic	28 Prt. 49 HC. 68 Lip. 60 KCal. 593 Llenties guisades Filet de verat Salsa marinera Fruita del temps Amanida/porc+verdura/làctic	29 Prt. 30 HC. 84 Lip. 27 KCal. 679 Arròs amb quinoa i endamame Hamburguesa coliflor i formatge Ceba confitada logurt natural Verdura/au+patata/làctic	30 Prt. 20 HC. 91 Lip. 23 KCal. 646 Escudella barrejada vegetal amb cigrons Truita de patata amb ceba Enciam i olives Fruita del temps Amanida/peix+verdura/làctic

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 Prt. 29 HC. 52 Lip. 14 KCal. 436 Bajoques amb patata Mandonguilles de vedella amb tomàquet Fruita del temps ☾ per la nit: Amanida/prot.vegetal/làctic	3 Prt. 15 HC. 90 Lip. 32 KCal. 597 Pure de verdures Macarrons bolonyesa vegetal Fruita del temps	4 Prt. 35 HC. 90 Lip. 30 KCal. 505 Fesols amb verdures Truita de formatge Enciam y soja germinada logurt natural Amanida/au+cereal/làctic	5 Prt. 30 HC. 84 Lip. 27 KCal. 579 Arròs amb xampinyons Bacalla al forn Amb samfaina Fruita del temps Amanida/porc+patata/làctic	6 Prt. 23 HC. 113 Lip. 43 KCal. 562 Cous cous amb verdures Estofat de pollastre amb verdures Fruita del temps Amanida/ou+cereal/fruita
9 Prt. 40 HC. 99 Lip. 31 KCal. 513 Espirals gratinats Lluç al forn amb tomàquet Fruita del temps ☾...i per la nit: Verdura/ou+patata/làctic	10 Prt. 40 HC. 70 Lip. 25 KCal. 659 Pure de porro Estofat de gall dindi Fruita del temps Amanida/prot.vegetal/làctic	11 Prt. 16 HC. 74 Lip. 43 KCal. 530 Pèsols amb patata Arròs amb hortalisses logurt natural Verdura/porc+amanida/làctic	12 Prt. 42 HC. 107 Lip. 21 KCal. 563 Cigrons amb verdura Llom rostit Salsa de poma i ceba Fruita del temps Amanida/au+verdura/làctic	13 Prt. 23 HC. 39 Lip. 26 KCal. 471 Minestra de verdures Cuixa de pollastre al forn Enciam i pebrot Fruita del temps Cereal/peix+amanida/làctic
16 Prt. 20 HC. 78 Lip. 30 KCal. 655 Coliflor amb patata Llenties guisades Fruita del temps ☾ per la nit: Verdura/peix+amanida/làctic	17 Prt. 21 HC. 90 Lip. 41 KCal. 554 Arròs amb tomàquet Hamburguesa de vedella amb ceba caramelitzada Fruita del temps Amanida/ou+verdura/làctic	18 Prt. 23 HC. 59 Lip. 37 KCal. 664 Bajoques amb patata Pollastre a la llimona xampinyons saltats Fruita del temps Cereal/prot.vegetal/làctic	19 Prt. 21 HC. 116 Lip. 47 KCal. 600 Espirals amb tomàquet Filet d'abadejo arrebossat Pastanaga ratllada guarnició logurt natural Verdura/porc+patata/làctic	20 Prt. 15 HC. 75 Lip. 16 KCal. 525 Pure de carbassó Mandonguilles de soja amb verdura Patates dau guarnició Fruita del temps Amanida/au+verdura/fruita
23 Prt. 23 HC. 83 Lip. 16 KCal. 547 Arròs amb xampinyons Pollastre al forn amb duo de pebrot Fruita del temps ☾ per la nit: Amanida/ou+verdura/làctic	24 Prt. 33 HC. 68 Lip. 17 KCal. 545 Macarrons amb verdura Lluç al forn amb all i julivert Ceba confitada Fruita del temps Amanida/au+verdura/làctic	25 Prt. 25 HC. 59 Lip. 37 KCal. 664 Fesols amb amb pebrot i pastanaga Truita francesa Tomàquet amanit logurt natural Verdura/peix+amanida/làctic	26 Prt. 20 HC. 60 Lip. 18 KCal. 472 Bajoques amb patata Mandonguilles porc i vedella amb tomàquet Fruita del temps Amanida/prot.vegetal/làctic	27 Prt. 12 HC. 94 Lip. 12 KCal. 507 Pure de verdures Arròs amb bolonyesa vegetal Fruita del temps Amanida/ou+cereal/fruita
30 Prt. 18 HC. 70 Lip. 29 KCal. 592 Minestra de verdures Croquetes de pernil Enciam i olives logurt natural ☾...i per la nit: Llegums/ou+amanida/làctic	