

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

01 Arròs tres delícies amb tonyina,
pernil dolç i tomàquet
Trita de patata i ceba amb
enciam i quinoa
Fruita del temps

510 Cal/52 HC/35 Pro/18 Gr

02 Verdura amb patata
i mongeta verda
Pit de pollastre a la planxa amb
enciam i remolatxa
Fruita del temps

514 Cal/53 HC/35 Pro/18 Gr

03 Crema de carbassó freda
Canelons Rossini
Fruita del temps

485 Cal/48 HC/26 Pro/ 21 Gr

04 Amanida de llacets amb
tomàquet, tonyina
i pernil dolç
Filet de lluç al forn amb enciam i olives
Fruita del temps

491 Cal/31 HC/22 Pro/31 Gr

05 Llenties ecològiques amb
verdures i xoriço
Cuixa de pollastre rostida
amb tomàquet fregit
Gelats de vainilla i xocolata

473 Cal/38 HC/33 Pro/35 Gr

08 Macarrons gratinats
amb salsa de tomàquet,
tofu i seità
Hamburguesa 50% vedella i 50% porc a
la planxa amb carbassó arrebossat
Fruita del temps

645 Cal/48 HC/33 Pro/35 Gr

09 Mongeta verda perona
amb patates
Pit de pollastre a la planxa
amb enciam i pastanaga
Fruita del temps

510 Cal/52 HC/35 Pro/18 Gr

10 Arròs amb tomàquet i ou dur
Barretes de lluç
amb enciam i olives
Fruita del temps

553 Cal/53 HC/29 Pro/25 Gr

11 Crema de carbassa,
pastanaga i pèsols
Estofat de gall d'indi
amb salsa
Fruita del temps

478 Cal/14 HC/13 Pro/40 Gr

12 Cigrons ecològics guisats
amb verdures
Bacallà arrebossat amb
tomàquet amanit
Gelats de nata i maduixa

516 Cal/52 HC/23 Pro/24 Gr

15 Amanida d'arròs amb tomàquet,
blat de moro i pernil dolç
Trita de patata i espinacs
amb enciam i olives
Fruita del temps

494 Cal/51 HC/23 Pro/22 Gr

16 Espaguetis amb seità,
tofu i formatge
Llom de lluç a la planxa
amb samfaina
Fruita del temps

524 Cal/62 HC/24 Pro/20 Gr

17 Amanida freda de fesols
ecològics amb
tomàquet i ou dur
Croquetes de carn d'olla
amb enciam i olives
Fruita del temps

73 Cal/60 HC/26 Pro/26 Gr

18 Vichyssoise
Escalopa de cap de llom
amb xampinyons
Fruita del temps

521 Cal/45 HC/20 Pro/29 Gr

19 Amanida russa
Cuixa de pollastre rostida
amb tomàquet amanit
Gelats de nata i maduixa

510 Cal/52 HC/35 Pro/18 Gr

22 Tallarins amb carn picada,
seità i tofu
Filet de lluç a l'andalusa amb
enciam i pastanaga
Fruita del temps

524 Cal/62 HC/24 Pro/20 Gr

23 Llenties guisades
amb verduretes
Pit de pollastre a la planxa amb
salsa de tomàquet
Fruita del temps

565 Cal/59 HC/35 Pro/21 Gr

24 Arròs amb tomàquet i ou dur
Trita de patata i ceba
amb enciam i olives
Fruita del temps

553 Cal/53 HC/29 Pro/25 Gr

25 Crema freda de carbassó,
pastanaga i pèsols
Filet de rap al forn amb salsa
Fruita del temps

527 Cal/64 HC/34 Pro/15 Gr

26 Amanida d'espivals amb
tomàquet, pernil dolç i tonyina
Nuggets de pollastre amb
enciam
Gelats de vainilla i xocolata

573 Cal/60 HC/26 Pro/26 Gr

29 Bledes ecològiques
amb patata bullida
Cuixa de pollastre al forn amb
xampinyons i ceba
Fruita del temps

510 Cal/52 HC/35 Pro/18 Gr

30 Macarrons amb tomàquet i
formatge
Bacallà arrebossat amb enciam i
pastanaga
Fruita del temps

524 Cal/62 HC/24 Pro/20 Gr

31 Amanida russa
Mandonguilles casolanes
Fruita del temps

552 Cal / 50HC / 43Pro / 21Gr

Fruita del temps

Poma Golden,
poma Royal Gala, pera Conference,
pera Blanquilla, taronja, mandarina, meló,
préssecs, nectarina, plàtan, kiwi

Informació nutricional:
Sota de cada àpat es disposa de la
informació nutricional aproximada referent a:
energia (Cal)
hidrats de carboni (HC)
proteïnes (Pro)
lípidis (Gr)