

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

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)
lipids (Gr)

01

Crema de carabassó freda
 Canelons rossini
 Fruita del temps

549 Cal/55 HC/26 Pro/25 Gr

02

Lenties ecològiques guisades amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet i patata)
 Truita francesa amb formatge i escarola
 logurt La Fageda

02 535 Cal/34 HC/30 Pro/31 Gr

05

Amanida d'arròs del Delta amb tomàquet, olives i tonyina
 Hamburguesa mixta (60% vedella, 40% porc) amb enciam i pastanaga
 Fruita del temps

544 Cal/31 HC/46 Pro/20 Gr

06

Espaguetis integrals amb bolonyesa vegetal (seità i tofu) amb formatge
 Pit de pollastre a la planxa amb enciam i olives
 Fruita del temps

529 Cal/51 HC/43 Pro/17 Gr

07

Fesols ecològics guisats (ceba, tomàquet, pastanaga, porro tomàquet i patata)
 Truita de patata i carabassó amb tomàquet amanit
 Fruita del temps

535 Cal/34 HC/30 Pro/31 Gr

08

Vichyssoise (porro i patata)
 Estofat de gall dindi (ceba, tomàquet, pastanaga, bajoca, pèsols i patata)
 Gelat

495 Cal/39 HC/42 Pro/19 Gr

09

Amanida russa (patata, pastanaga, pèsols, tonyina i maionesa)
 Bacallà arrebossat amb tomàquet amanit
 Fruita del temps

510 Cal/52 HC/35 Pro/18 Gr

12

Macarrons integrals amb tomàquet i formatge
 Truita de patates i espinacs amb enciam i olives
 Fruita del temps

534 Cal/34 HC/29 Pro/31 Gr

13

Mongeta verda perona bullida amb patata
 Filet de lluç a la planxa amb samfaina
 Fruita del temps

514 Cal/53 HC/35 Pro/18 Gr

14

Arròs del Delta integral caldós amb verdures (pebrot verd, pebrot vermell, cebes, tomàquet i pèsols)
 Croquetes de carn d'olla amb enciam i cogombre
 Fruita del temps

573 Cal/60 HC/26 Pro/26 Gr

15

Cigrons ecològics aguisats amb verdures (ceba, porro, pastanaga, api, tomàquet y patates)
 Llom adobat amb tomàquet amanit
 Fruita del temps

521 Cal/45 HC/20 Pro/29 Gr

16

Crema de carabassó i pastanaga amb crostons
 Cuixa de pollastre rostida amb xampinyons
 Gelatina

507 Cal/35 HC/49 Pro/19 Gr

19

Llacets de colors amb bolonyesa de tofu i seità amb formatge
 Pit de pollastre a la planxa amb enciam i olives
 Fruita del temps

529 Cal/51 HC/43 Pro/17 Gr

20

Llenties ecològiques guisades (ceba, api, tomàquet, pastanaga, porro tomàquet i patata)
 Tronc de rap amb salsa marinera (fumet de peix, cebes, tomàquet, pèsols i musclos)
 Fruita del temps

553 Cal/53 HC/29 Pro/25 Gr

21

Bròcoli verd amb patata
 Llonganissa a la planxa amb carabassó
 Fruita del temps

514 Cal/53 HC/35 Pro/18 Gr

22

Arròs del Delta amb tonyina, xampinyons i pèsols
 Truita francesa amb formatge i tomàquet amanit
 logurt La Fageda

495 Cal/39 HC/42 Pro/19 Gr

23

Amanida russa (patata, pastanaga, pèsols, tonyina i maionesa)
 Aletes de pollastre amb enciam i pastanaga
 Fruita del temps

510 Cal/52 HC/35 Pro/18 Gr

26

Crema de carabassó, carabassa i pèsols
 Cuixa de pollastre rostida amb xampinyons
 Fruita del temps

507 Cal/35 HC/49 Pro/19 Gr

27

Arròs del Delta amb tonyina, daus de gall dindi i tomàquet
 Mandonguilles amb patates (ceba, tomàquet, pastanaga, pèsols)
 Fruita del temps

553 Cal/53 HC/29 Pro/25 Gr

28

Espaguetis integrals a la carbonara
 Filet de lluç planxa amb enciam i olives
 Fruita del temps

529 Cal/51 HC/43 Pro/17 Gr

29

Mongeta verda bullida amb patates
 Pit de gall dindi amb tomàquet amanit
 Fruita del temps

507 Cal/35 HC/49 Pro/19 Gr

30

Cigrons ecològics guisats (ceba, tomàquet, pastanaga, porro tomàquet, api i patata)
 Truita de patata i cebes amb enciam
 Gelat

533 Cal/45 HC/50 Pro/17 Gr