

# **GENER – Menú sense fruits secs, mostrassa, sèsam, cacauets i tramusos**

<b>DILLUNS</b>	<b>DIMARTS</b>	<b>DIMECRES</b>	<b>DIJOUS</b>	<b>DIVENDRES</b>
	<b>08</b> 611Cal/75HC/25Pro/31Gr Arròs amb tomàquet, ou dur i oli d'oliva Hamburguesa 50% vedella 50%porc Fruita del temps	<b>09</b> 473Cal/38HC/35Pro/20Gr <u>En cas d'al·lèrgia a la MOSTASSA I SÈSAM:</u> Lenties ecològiques guisades amb verdures SENSE LLORER Pit de pollastre a la planxa amb samfaina Fruita del temps	<b>10</b> 642.17Cal/55HC/40Pro/30Gr Macarrons a la bolonyesa amb carn de vedella i formatge <u>En cas d'al·lèrgia a la MOSTASSA</u> Llom de caçó al forn amb salsa SENSE SALSA ROUX logurt natural La Fageda amb sucre de canya	<b>11</b> 400 Cal/37HC/11Pro/25Gr Puré de carabassa, pastanaga i ceba Truita de patata i espinacs amb amanida de tomàquet i olives Fruita del temps
<b>14</b> 612Cal/56HC/32Pro/36Gr Fideus a la cassola amb costella Escalopa de cap de llom amb enciam i pastanaga ratllada Fruita del temps	<b>15</b> 500Cal/40HC/35Pro/22Gr <u>En cas d'al·lèrgia a la MOSTASSA I SÈSAM:</u> Estofat de fesols ecològics amb verdures SENSE LLORER Filet de lluç al forn amb tomàquet natural amanit amb oli d'oliva Fruita del temps	<b>16</b> 478Cal/14HC/13Pro/40Gr Bròquil al vapor amb patata i oli d'oliva <u>En cas d'al·lèrgia a la MOSTASSA:</u> Mandonguilles amb verduretes SENSE SALSA ROUX logurt natural La Fageda amb sucre de canya	<b>17</b> 620Cal /65HC/38Pro/23Gr Arròs amb tonyina, pastanaga i talls de truita Tronc de rap al forn amb patata panadera Fruita del temps	<b>18</b> 490Cal /15HC/41Pro/30Gr Sopa de brou de gallina i pollastre Pit de pollastre a la planxa amb enciam i magrana Fruita del temps
<b>21</b> 645Cal/48HC/33Pro/35Gr <u>En cas d'al·lèrgia als FRUITS SECS</u> Espaguetis amb salsa de tomàquet, tofu i SENSE SEITÀ Hamburguesa de pollastre i espinacs amb enciam i olives Fruita del temps	<b>22</b> 436Cal/46HC/19Pro/19Gr <u>En cas d'al·lèrgia a la MOSTASSA I SÈSAM:</u> Cigrons ecològics guisats amb alga kombu i xoriç SENSE LLORER Truita de patata i carbassó amb tomàquet natural amanit amb oli d'oliva Fruita del temps	<b>23</b> 603Cal/15HC/43Pro/40Gr Sopa de peix amb fideus <u>En cas d'al·lèrgia a la MOSTASSA i SÈSAM:</u> Cuixetes de pollastre rostida amb tomàquet amanit, SENSE LLORER Fruita del temps	<b>24</b> 383Cal/26HC/26Pro/19Gr Mongeta verda perona bullida amb patata i oli d'oliva Bacallà arrebossat amb Enciam i pastanaga ratllada logurt natural La Fageda amb sucre de canya	<b>25</b> 606Cal/51HC/43Pro/25Gr Arròs integral saltat amb tonyina pastanaga i pernil cuit <u>En cas d'al·lèrgia a la MOSTASSA:</u> Estofat de gall d'indi amb salsa i verdures SENSE SALSA ROUX Fruita del temps
<b>28</b> 544Cal/31HC/46Pro/20Gr Puré de carbassó amb patata, i ceba PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps	<b>29</b> 533Cal/49HC/38Pro/31Gr Escudella catalana amb botifarra blanca i negra Tronc de lluç al forn amb samfaina Fruita del temps	<b>30</b> 380Cal/18HC/17Pro/27Gr Patata bullida amb bledes ecològiques i oli d'oliva Cap de llom al forn amb enciam remolatxa logurt natural La Fageda amb sucre de canya	<b>31</b> 599Cal/48HC/28Pro/33Gr Fideuà amb all i oli Pit de pollastre arrebossat amb tomàquet natural Fruita del temps	<b>Fruita del temps disponible:</b> poma golden, poma Royal Gala, pera Conference, pera Blanquilla, plàtan, taronja i mandarina.

### Informació nutricional:

Es disposa de la informació nutricional aproximada referent a: energia (kcal)/hidrats de carboni (g)/ proteïnes (g)/ lípids (g)

Tots els nostres menús poden contenir al·lèrgens; **excepte** els menús adaptats. Podria haver-hi alguna modificació en el menú degut a exigències del mercat.