

# GENER – Menú sense CRUSTACIS, MOL·LUSCS ni derivats

| DILLUNS   | DIMARTS  | DIMECRES   | DIJOUS   | DIVENDRES  |
|---|--|--|--|--|
|   | <b>08</b> 611Cal/75HC/25Pro/31Gr<br>Arròs amb tomàquet, ou dur i oli d'oliva (*)<br>Hamburguesa 50% vedella 50%porc<br>Fruita del temps  | <b>09</b> 473Cal/38HC/35Pro/20Gr<br>Llenties ecològiques guiades amb verdures (*)<br>Pit de pollastre a la planxa amb samfaina<br>Fruita del temps                                   | <b>10</b> 642.17Cal/55HC/40Pro/30Gr<br>Macarrons a la bolonyesa amb carn de vedella i formatge (*)<br>Llom de caçó (producte 81227 – SENSE MOL·LUSCS) al forn amb salsa (*)<br>logurt natural La Fageda amb sucre de canya | <b>11</b> 400 Cal/37HC/11Pro/25Gr<br>Puré de carabassa, pastanaga i ceba (*)<br>Truita de patata i espinacs amb amanida de tomàquet i olives<br>Fruita del temps |
| <b>14</b> 612Cal/56HC/32Pro/36Gr<br>Fideus a la cassola amb costella (*)<br>Escalopa de cap de llom amb enciam i pastanaga ratllada<br>Fruita del temps                     | <b>15</b> 500Cal/40HC/35Pro/22Gr<br>Estofat de fesols ecològics amb verdures (*)<br>Filet de lluç al forn amb tomàquet natural amanit amb oli d'oliva<br>Fruita del temps                        | <b>16</b> 478Cal/14HC/13Pro/40Gr<br>Bròquil al vapor amb patata i oli d'oliva<br>Mandonguilles estofades amb guarnició (*)<br>logurt natural La Fageda amb sucre de canya            | <b>17</b> 620Cal /65HC/38Pro/23Gr<br>Arròs amb tonyina, pastanaga i talls de truita<br>Tronc de rap al forn amb patata panadera<br>Fruita del temps  | <b>18</b> 490Cal /15HC/41Pro/30Gr<br>Sopa de brou de gallina i pollastre (*)<br>Pit de pollastre a la planxa amb enciam i magrana<br>Fruita del temps            |
| <b>21</b> 645Cal/48HC/33Pro/35Gr<br>Espaguetis amb salsa de tomàquet i tofu, SENSE SEITÀ (*)<br>Hamburguesa de pollastre i espinacs amb enciam i olives<br>Fruita del temps | <b>22</b> 436Cal/46HC/19Pro/19Gr<br>Cigrons ecològics guisats amb amb xoriç, SENSE ALGA KOMBU (*)<br>Truita de patata i carbassó amb tomàquet natural amanit amb oli d'oliva<br>Fruita del temps | <b>23</b> 603Cal/15HC/43Pro/40Gr<br>SOPA DE VERDURES AMB FIDEUS (*)<br>Cuixeta de pollastre al forn amb xampinyons<br>Fruita del temps   | <b>24</b> 383Cal/26HC/26Pro/19Gr<br>Mongeta verda perona bullida amb patata i oli d'oliva<br>Bacallà arrebossat amb enciam i pastanaga ratllada<br>logurt natural La Fageda amb sucre de canya                             | <b>25</b> 606Cal/51HC/43Pro/25Gr<br>Arròs integral saltat amb tonyina pastanaga i pernil cuit<br>Estofat de gall d'indi amb verdures (*)<br>Fruita del temps     |
| <b>28</b> 544Cal/31HC/46Pro/20Gr<br>Puré de carbassó amb patata, i ceba (*)<br>PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA amb amanida d'enciam i cogombre<br>Fruita del temps             | <b>29</b> 533Cal/49HC/38Pro/31Gr<br>Escudella catalana amb botifarra blanca i negra (*)<br>Tronc de lluç al forn amb samfaina<br>Fruita del temps  | <b>30</b> 380Cal/18HC/17Pro/27Gr<br>Patata bullida amb bledes ecològiques i oli d'oliva<br>Cap de llom al forn amb enciam i remolatxa<br>logurt natural La Fageda amb sucre de canya | <b>31</b> 599Cal/48HC/28Pro/33Gr<br>FIDEUÀ DE VERDURES I POLLASTRE (*)<br>Pit de pollastre arrebossat amb tomàquet natural<br>Fruita del temps   | <b>Fruita del temps disponible:</b><br>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.