

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

01

ANY NOU

04

05

06

DIA DE REIS

07

08

11

Crema de verdures
Hamburguesa a la planxa amb ceba
caramel·litzada
Fruita fresca/Pa
745,5Kcal - Prot:22,2g - Lip:20,4g - HC:94,6g
AGS:6,8g - Sucre:53,0g - Sal:2,9g

12

Arròs amb salsa de tomàquet
Salmó a la planxa amb enciam i pastanaga
logurt/Pa
721,6Kcal - Prot:31,9g - Lip:25,5g - HC:89,5g
AGS:5,3g - Sucre:23,6g - Sal:2,1g

13

Macarrons amb carbonara
Filet de pollastre al forn amb amanida
d'enciam i blat de moro
Fruita fresca/Pa
819,8Kcal - Prot:42,3g - Lip:34,6g - HC:81,3g
AGS:11,9g - Sucre:20,5g - Sal:3,1g

14

Sopa de verdures amb fideus
Truita de patata i ceba amb amanida
d'enciam i tomàquet
Fruita fresca/Pa
564,4Kcal - Prot:17,1g - Lip:19,2g - HC:75,4g
AGS:3,2g - Sucre:22,6g - Sal:3,8g

15

Cigrons amb verdures
Cinta de llom amb tomàquet
Fruita fresca/Pa
669,4Kcal - Prot:41,6g - Lip:20,1g - HC:73,8g
AGS:4,6g - Sucre:20,0g - Sal:1,6g

18

Llacets amb salsa de tomàquet
Truita amb formatge i amanida d'enciam i
pastanaga
Fruita fresca/Pa
709,6Kcal - Prot:28,7g - Lip:28,2g - HC:81,2g
AGS:8,3g - Sucre:20,1g - Sal:2,9g

19

Sopa de l'avia
Mandonguilles amb salsa de tomàquet
Fruita fresca/Pa
732,8Kcal - Prot:34,2g - Lip:32,8g - HC:70,5g
AGS:11,9g - Sucre:19,6g - Sal:1,6g

20

Mongetes blanques amb verdures
Varetes de lluç amb amanida de tomàquet
logurt/Pa
777,4Kcal - Prot:29,2g - Lip:24,4g - HC:101,7g
AGS:7,3g - Sucre:27,9g - Sal:2,8g

21

Verdura tricolor a l'oli d'all
Cuixa de gall dindi al forn amb amanida
d'enciam i blat de moro
Fruita fresca/Pa
639,7Kcal - Prot:38,4g - Lip:24,4g - HC:61,5g
AGS:5,6g - Sucre:23,9g - Sal:1,9g

22

Arròs amb verdures
Cassoleta d'anelles de calamar amb patates i
pèsols
Fruita fresca/Pa
427,3Kcal - Prot:9,0g - Lip:4,1g - HC:85,5g
AGS:0,7g - Sucre:18,3g - Sal:1,0g

25

Llenties amb verdures
Truita francesa amb amanida d'enciam i
pastanaga
Fruita fresca/Pa
568,2Kcal - Prot:29,6g - Lip:16,2g - HC:75,0g
AGS:3,1g - Sucre:20,1g - Sal:1,9g

26

Paella de verdures
Gall dindi a la planxa amb amanida
d'enciam i tomàquet
logurt/Pa
804,5Kcal - Prot:42,5g - Lip:28,5g - HC:92,1g
AGS:8,0g - Sucre:25,6g - Sal:2,3g

27

Sopa de l'avia
Mandonguilles a la jardinera
Fruita fresca/Pa
708,0Kcal - Prot:25,9g - Lip:33,2g - HC:70,1g
AGS:1,2g - Sucre:20,7g - Sal:1,2g

28

Macarrons amb tonyina
Abadejo a la planxa amb pastanaga
saltejada
Fruita fresca/Pa
627,9Kcal - Prot:30,7g - Lip:15,7g - HC:86,3g
AGS:2,6g - Sucre:25,7g - Sal:2,1g

29

Crema de carbassó
Llom a la planxa amb amanida d'enciam i blat
de moro
Fruita fresca/Pa
530,3Kcal - Prot:31,0g - Lip:20,0g - HC:53,2g
AGS:4,9g - Sucre:18,9g - Sal:1,8g