

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

01

Arròs amb salsa de tomàquet
Croquetes de pernil amb amanida d'enciam
Fruita fresca/Pa
651,4Kcal - Prot:12,2g - Lip:19,0g - HC:104,3g
AGS:2,9g - Sucres:23,8g - Sal:4,0g

02

Cigrons amb verdures
Pollastre al forn amb patates panadera
Fruita fresca/Pa
749,6Kcal - Prot:41,4g - Lip:24,0g - HC:85,3g
AGS:4,8g - Sucres:18,6g - Sal:1,8g

03

Espaguetis amb beixamel
Salmó a la planxa amb amanida d'enciam i
blat de moro
Fruita fresca/Pa
519,6Kcal - Prot:12,8g - Lip:14,2g - HC:81,3g
AGS:4,6g - Sucres:20,3g - Sal:1,8g

04

Mongetes verdes amb patates
Hamburguesa de vedella amb ceba
caramel·litzada
Fruita fresca/Pa
573,5Kcal - Prot:41,6g - Lip:20,2g - HC:51,9g
AGS:7,5g - Sucres:24,9g - Sal:1,9g

05

Sopa d'au amb fideus
Truita de patates amb amanida d'enciam i
tomàquet
logurt/Pa
683,2Kcal - Prot:27,9g - Lip:24,6g - HC:83,3g
AGS:6,4g - Sucres:25,2g - Sal:4,0g

08

Crema de pastanaga
Salsitxes a la planxa amb patates xips
Fruita fresca/Pa
669,2Kcal - Prot:21,5g - Lip:29,0g - HC:76,2g
AGS:8,7g - Sucres:26,9g - Sal:3,9g

09

Fideuà de marisc
Magra a la planxa amb samfaina
Fruita fresca/Pa
855,0Kcal - Prot:33,3g - Lip:41,7g - HC:83,1g
AGS:11,1g - Sucres:20,1g - Sal:5,0g

10

Sopa d'au amb arròs
Filet de pollastre a la planxa amb amanida
d'enciam i tomàquet
logurt/Pa
668,7Kcal - Prot:40,0g - Lip:25,9g - HC:64,8g
AGS:7,5g - Sucres:26,2g - Sal:1,9g

11

Mongetes blanques estofades amb xoriç
Truita de tonyina amb amanida d'enciam i
blat de moro
Fruita fresca/Pa
795,20Kcal - Prot:32,40g - Lip:37,9g -
HC:72,0g AGS:9,8g - Sucres:19,0g - Sal:2,8g

12

Arròs tres delícies
Bacallà empanat amb amanida d'enciam i
pastanaga
Fruita fresca/Pa
675,3Kcal - Prot:28,7g - Lip:18,4g - HC:96,0g
AGS:3,1g - Sucres:17,6g - Sal:2,0g

15

Llenties amb pastanaga
Truita francesa amb amanida d'enciam i
tomàquet
Fruita fresca/Pa
558,3Kcal - Prot:28,4g - Lip:16,0g - HC:73,7g
AGS:3,1g - Sucres:20,1g - Sal:1,8g

16

Paella mixta
Gall dindi al forn amb tomàquet i ceba
Fruita fresca/Pa
715,5Kcal - Prot:40,6g - Lip:21,6g - HC:85,9g
AGS:5,3g - Sucres:18,5g - Sal:1,6g

17

Mongetes verdes amb patates
Pizza de pernil dolç
Fruita fresca/Pa
771,0Kcal - Prot:27,6g - Lip:18,2g - HC:115,3g
AGS:2,5g - Sucres:28,5g - Sal:3,2g

18

Sopa de lletres
Botifarra amb amanida d'enciam i blat de
moro
logurt/Pa
634,3Kcal - Prot:32,5g - Lip:17,7g - HC:83,8g
AGS:4,8g - Sucres:24,6g - Sal:2,5g

19

Espirals amb tomàquet
Lluç al forn o a la planxa amb amanida
d'enciam i pastanaga
Fruita fresca/Pa
701,8Kcal - Prot:31,1g - Lip:31,6g - HC:68,9g
AGS:11,8g - Sucres:19,3g - Sal:1,5g

22

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 - Sucres:53,0g - Sal:2,9g

23

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 - Sucres:23,6g - Sal:2,1g

24

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 - Sucres:20,5g - Sal:3,1g

25

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 - Sucres:22,6g - Sal:3,8g

26

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 - Sucres:20,0g - Sal:1,6g