

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



ECOLÒGICS: Un cop a la setmana pasta, arròs, carn, fruita i verdures.
Un cop cada dos setmanes llegums.



PROXIMITAT: Pollastre, llonganissa, fruites, verdures, iogurts i pa.



PRODUCCIÓ INTEGRADA: L'oli d'oliva per amanir.
Un cop a la setmana fruites i verdures.

01

- Crema de pastanaga
- Hamburguesa 100% de vedella amb enciam i rodes de tomàquet
- Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 624,9 Prot: 20,3g Lip: 32,4g HC: 68,2g

04

- Llenties a l'hortelana (patata, ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot)
- Truita a la francesa amb enciam i tomàquet
- Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 794,5 Prot: 28,5g Lip: 35,9g HC: 84,1g

05

- Crema de carabassa amb rostes de pa(carabassa, patata i ceba)
- Llonganissa de porc amb enciam i pastanaga
- Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 745,5Prot: 46,1gLip: 19g HC: 93,3g

06

FESTA

07

- Risotto de bolets (a/xampinyons i formatge)
- Lluç al forn amb salsa de tomàquet
- Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 806,5 Prot: 30,1g Lip: 25,6g HC: 110,3g

08

FESTA

11

- Arròs a la napolitana
- Escalopa de porc amb enciam i blat de moro
- Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 955,6 Prot: 38,7g Lip: 34,8g HC: 119g

12

- Cassoleta de cigrons amb verdures
- Ou dur amb salsa de tomàquet i gratinats
- Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 711,7 Prot: 45,9g Lip: 17,6g HC: 83,9g

13

- Crema de carbassó (a/carbassó, ceba i patata)
- Suprema de lluç a la marinera amb rodes de patata
- Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 647,5Prot: 33,2gLip: 21,2g HC: 76,6g

14

- Trinxat de la Cerdanya (patata i col)
- Mandonguilles 100% de vedella amb salsa de tomàquet
- Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 783,5Prot: 28,3g Lip: 32,9g HC: 85,3g

15

- Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge
- Cuixetes de pollastre al forn amb enciam i pastanaga
- Pa del dia
- Iogurt

Kcal: 911,5 Prot: 49gLip: 37,6g HC: 91,4g

18

- Patates estofades amb juliana de verdures
- Filet d'abadejo a l'orio amb enciam i tomàquet
- Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 719,3Prot: 32,1g Lip: 26g HC: 82,5g

19

- Crema de verdures (minestra, patata i ceba)
- Pollastre a l'estil del xef (pebrot, ceba i xampinyons)
- Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 792,4Prot: 46,4g Lip: 33gHC: 71,9g

20

Jornada gastronòmica de NADAL

- Escudella
- Canelons de carn gratinats
- Fruita/ Assortit de torrons

21

- Espaguetis a la carbonara
- Hamburguesa 100% vedella amb enciam, blat de moro i olives
- Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 1160,3 Prot:29,4g Lip: 69,6g HC: 108,5g

22

- Mongeta blanca estofada amb verdures i arròs
- Truita a la francesa amb tomàquet i pastanaga
- Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 732,5 Prot: 44,9g Lip: 20,9g HC: 84,2g