

Dilluns

1 Vichyssoise
Macarrons integrals amb bolonyesa de lleties
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita Variada i Pa Integral

Kcal: 843 **Lip:** 18,13 **Prot:** 26,16 **HC:** 144,02

8 Arròs integral alla Norma
Truita de tonyina casolana
Amanida d'enciam i sèsam
Fruita Variada i Pa Integral

Kcal: 793 **Lip:** 32,28 **Prot:** 28,17 **HC:** 96,44

15 Bullit de bròquil i patata
Paella mixta
Fruita Variada i Pa Integral

Kcal: 815 **Lip:** 15,11 **Prot:** 26,31 **HC:** 146,50

Dimarts

2 Cigrons saltats amb ceba, tomàquet i carabassó
Truita de formatge casolana
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita Variada i Pa Integral

Kcal: 686 **Lip:** 29,93 **Prot:** 28,99 **HC:** 70,45

9 Cigrons a la jardinera
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i olives
Fruita Variada i Pa Integral

Kcal: 685 **Lip:** 25,81 **Prot:** 37,25 **HC:** 70,57

16 Amanida de lleties
Truita de gall dindi casolana
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita Variada i Pa Integral

Kcal: 521 **Lip:** 24,97 **Prot:** 22,45 **HC:** 49,82

Dimecres

3 Verdura tricolor (bledes, pastanaga i patata)
Pernilets de pollastre amb cítrics
Amanida d'enciam i olives
Fruita Variada i Pa Integral

Kcal: 623 **Lip:** 22,68 **Prot:** 30,21 **HC:** 74,47

10 Amanida de patata amb tonyina
Cua de rap a la marinera
Pastanaga saltada
Iogurt La Fageda i Pa Integral

Kcal: 640 **Lip:** 22,21 **Prot:** 37,53 **HC:** 73,91

17 Amanida russa
Cigrons amb cuscús i verdures
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita Variada i Pa Integral

Kcal: 807 **Lip:** 26,57 **Prot:** 29,74 **HC:** 106,25

Dijous

4 Amanida d'arròs
Mongetes blanques amb botifarra esparracada
Iogurt La Fageda i Pa Integral

Kcal: 914 **Lip:** 25,30 **Prot:** 38,80 **HC:** 137,94

11 Amanida de pasta integral
Estofat de gall dindi a la jardinera
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita Variada i Pa Integral

Kcal: 734 **Lip:** 21,05 **Prot:** 34,15 **HC:** 104,06

18 Espaguetis integrals amb salsa d'espinacs
Lluç al forn amb ceba
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita Variada i Pa Integral

Kcal: 697 **Lip:** 19,87 **Prot:** 28,63 **HC:** 95,86

Divendres

5 Amanida russa
Palomet a al forn
Samfaina
Fruita Variada i Pa Integral

Kcal: 603 **Lip:** 28,49 **Prot:** 28,68 **HC:** 55,96

12 Bullit de mongeta verda amb patata i oli d'oliva
Lleties estofades amb arròs
Fruita Variada i Pa Integral

Kcal: 724 **Lip:** 12,18 **Prot:** 28,21 **HC:** 129,74

19 MENÚ FI DE CURS
Vermut (Pica-Pica)
Pollastre arrebossat casolà
Amanida d'enciam i tomàquet
Gelats i Pa Integral

Kcal: 602 **Lip:** 36,41 **Prot:** 24,97 **HC:** 41,29

DIA ESPECIAL

mediterrànea

FRUITA VARIADA i de TEMPORADA

MENUS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628

EN COMPLIMENT DEL REGLAMENT (UE) n° 1169/2011 SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, EL CENTRE TÉ DISPONIBLE PER A LA CONSULTA LA INFORMACIÓ RELATIVA A LA PRESENTACIÓ D'AL·LÈRGENS DE TOTS ELS PRODUCTES QUE ES SERVEIXEN EN ELS NOSTRES MENUS