

Dilluns

1



FESTIU

8

Llenties de l'Àvia
Pollastre al forn amb una crosta de mel
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita variada i Pa

15

Kcal: 698 Lip: 22,22 Prot: 37,73 HC: 74,09

Arròs a la camperola
Bacallà amb samfaina
Fruita variada i Pa

22

Kcal: 560 Lip: 11,06 Prot: 31,62 HC: 85,66

Crema de hortalisses amb crostons
Bacallà al forn a la llauna
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita variada i Pa

29

Kcal: 521 Lip: 19,57 Prot: 30,50 HC: 53,90

Paella de verdures
Sardines al papillote
Verdures saltades
Fruita variada i Pa

Kcal: 674 Lip: 28,40 Prot: 30,40 HC: 75,80

Dimarts

2

Bullit de coliflor patata i pastanaga
Arròs a la cassola amb conill
Fruita variada i Pa

9

Kcal: 510 Lip: 5,83 Prot: 19,34 HC: 96,89

Crema de pastanaga amb crostons
Lluç amb picada d'all i julivert
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada i Pa

16

Kcal: 559 Lip: 26,94 Prot: 25,86 HC: 51,29

Cigrons saltats amb carbassó
Espaguetis amb tomaquet i formatge
Fruita variada i Pa

23

Kcal: 689 Lip: 20,89 Prot: 20,75 HC: 98,82

Brou amb pasta de lletres
Llibrets de l'lom arrebossats
Patates xip
Postres Especial Sant Jordi i Pa

30

Kcal: 1.006 Lip: 39,66 Prot: 47,45 HC: 112,69

Amanida de llenties
Ragout de gall d'indi amb daus de verdures i patata
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita variada i Pa

Kcal: 615 Lip: 17,21 Prot: 38,59 HC: 77,95

Dimecres

3

Crema de carbassa amb crostons
Pizza de tonyina
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada i Pa

10

Kcal: 659 Lip: 25,46 Prot: 20,81 HC: 86,71

Amanida d'arròs
Vedella guisada
Fruita variada i Pa

17

Kcal: 658 Lip: 20,29 Prot: 30,11 HC: 91,32

Sopa de brou amb pasta de pistons
Pollastre arrebossat
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita variada i Pa

24

Kcal: 695 Lip: 32,32 Prot: 26,10 HC: 73,13

Crema de pèsols i pastanaga amb crostons
Arròs a la cassola amb conill
Fruita variada i Pa

1

Kcal: 600 Lip: 11,74 Prot: 20,33 HC: 105,16

Dijous

4

Amanida de pasta
Cues de rap a la marinera
Ensaladilla de verdures
Fruita variada i Pa

11

Kcal: 710 Lip: 23,28 Prot: 37,94 HC: 85,26

Macarrons vegetals al pesto rosso
Crema de llegum i carbassa amb crostons
Fruita variada i Pa

18

Kcal: 688 Lip: 20,14 Prot: 19,23 HC: 103,18

Llenties estofades amb daus de patata i pastanaga
Botifarra
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada i Pa

25

Kcal: 624 Lip: 29,52 Prot: 28,05 HC: 62,60

Empedrat de mongetes blanques
Contracuixa de pollastre amb salsa barbacoa
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada i Pa

2

Kcal: 654 Lip: 26,08 Prot: 36,00 HC: 50,60

Divendres

5

Mongeta verda amb patata
Truita francesa
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt i Pa

12

Kcal: 429 Lip: 20,13 Prot: 17,33 HC: 44,63

Ensaladilla de verdures al vapor
Truita de carbassó
Amanida d'enciam i olives
logurt i Pa

19

Kcal: 549 Lip: 26,24 Prot: 17,42 HC: 58,77

Amanida de patata
Truita francesa
Amanida d'enciam i tomàquet
logurt i Pa

26

Kcal: 539 Lip: 28,64 Prot: 20,27 HC: 49,16

Bullit de bròquil, patata i pastanaga
Truita de patates
Amanida d'enciam i blat de moro
logurt i Pa

3

Kcal: 507 Lip: 20,72 Prot: 18,40 HC: 57,26



FRUITA VARIADA i de TEMPORADA

MENÚ ELABORAT PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA: Esther Gamero Marín CAT000928

CALENDARI DE PRODUCTES DE TEMPORADA: <http://agricultura.gencat.cat/web/.content/04-alimentacio/cadena-alimentaria/codi-bones-practiques-comercials/documents/fitxers-binari/calendari-productes-temporada.pdf>