

ESCOLA LES AVELLANES

BASAL



OCTUBRE 2023

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

- TRICOLOR DE VERDURES
- MANDONGUILLES AMB SALSICAÇADORA
- FRUITA DE TEMPORADA



605,9KCAL 12%P 33%L 54%HC

- ARRÒS AMB VERDURES
- RODÓ DE GALL DINDI AMB SALSICA DE TOMÀQUET
- FRUITA DE TEMPORADA



593,3KCAL 12%P 30%L 58%HC

- MONGETA BLANCA ESTOFADA
- LLUÇ A LA MARINERA
- ENCIAM
- FRUITA DE TEMPORADA



603,4KCAL 15%P 30%L 55%HC

- ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET
- CUIXA DE POLLASTRE AMB PATATA
- IOGURT



600,4KCAL 15%P 31%L 53%HC

- CREMA DE PASTANAGA
- SALMÓ AMB SALSICA POMODORO
- FRUITA



597,7KCAL 13%P 34%L 53%HC

- LLENTIES ESTOFADES
- PIT DE POLLASTRE A LA MILANESA
- FRUITA DE TEMPORADA



601,3 KCAL 14%P 32%L 54%HC

- CREMA DE CARBASSÓ
- CARN MAGRA ESTOFADA A LA RIOJANA
- FRUITA DE TEMPORADA



601,3 KCAL 14%P 32%L 54%HC

- SOPA D'AU
- MARMITAKO DE TONYINA
- FRUITA



602,1 KCAL 13%P 31%L 56%HC

MARE DE DÉU DEL PILAR



LLIURE DISPOSICIÓ



- MACARRONS NAPOLITANA
- PERNILET DE POLLASTRE AMB SALSICA DE PASTANAGA
- FRUITA DE TEMPORADA



604,6 KCAL 13%P 31%L 56%HC

- LLENTIES A LA RIOJANA
- SALMÓ AMB SALSICA POMODORO
- FRUITA DE TEMPORADA



597,1KCAL 12%P 34%L 53%HC

- ARRÒS AMB VERDURES
- LLOM ADOBAT AMB PEBROTS
- IOGURT



596,3KCAL 14%P 31%L 54%HC

- MONGETES ESTOFADES
- HAMBURGUESA AMB SALSICA DE TOMÀQUET
- FRUITA DE TEMPORADA



604,2KCAL 13%P 35%L 54%HC

- CREMA DE VERDURES
- FIDEUÀ DE PEIX
- FRUITA DE TEMPORADA



599,9 KCAL 15%P 31%L 52%HC

- SOPA D'AU AMB PASTA
- MANDONGUILLES A LA CAÇADORA
- FRUITA DE TEMPORADA



593,3KCAL 12%P 30%L 58%HC

- CREMA DE PASTANAGA
- RODÓ DE GALL DINDI AMB SALSICA DE VERDURES
- FRUITA DE TEMPORADA



602,3KCAL 13%P 32%L 58%HC

- ARRÒS AMB TOMÀQUET
- LLUÇ A LA BISCAÏNA
- FRUITA DE TEMPORADA



608,1 KCAL 13%P 30%L, 57%HC

- MINESTRA DE VERDURES SALTEJADA
- POLLASTRE «AL CHILINDRÓN»
- IOGURT



598,5KCAL 13%P 35%L 55%HC

- CIGRONS AMB BLEDES
- TRUITA DE PATATA AMB ENCIAM I PASTANAGA
- FRUITA DE TEMPORADA



603,6KCAL 15%P 35%L 50%HC

- CREMA DE BRÒQUIL
- PERNILET DE POLLASTRE AMB PATATA
- FRUITA DE TEMPORADA



597,3KCAL 14%P 31%L 54%HC

- MONGETA BLANCA ESTOFADA
- MANDONGUILLES DE LLUÇ I POTA A LA BISCAÏNA
- FRUITA



599,8KCAL 13%P 32%L 54%HC

LES ESPÈCIES DE PEIX INCLOSES EN EL MENÚ PODRAN PATIR VARIACIONS SEGONS MERCAT.



www.comertel.es