

# ESCOLA LES AVELLANES

BASAL

**Comertel**  
alimentació col·lectiva

MARÇ

2024

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

- TRICOLOR DE VERDURES
- PERNILET DE POLLASTRE AL FORN
- AMANIDA DE TOMÀQUET
- FRUITA DE TEMPORADA



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

- CIGRONS ESTOFATS
- ABADEJO AMB SALSAS DE VERDURES
- FRUITA DE TEMPORADA
- PA INTEGRAL



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

- ESPAGUETIS POMODORO
- HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
- AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO
- FRUITA DE TEMPORADA



607,4KCAL 13%P 30%L, 57%HC

- ARRÒS CALDÓS
- SALMÓ A LA BISCAÏNA
- AMANIDA D'ENCIAM
- FRUITA DE TEMPORADA



597,6KCAL 13%P 34%L 53%HC

- LLENTIES AMB VERDURES
- LLUÇ A LA GREGA
- FRUITA DE TEMPORADA



595,2KCAL 16%P 31%L 52%HC

- SOPA D'AU AMB PASTA
- PIT DE POLLASTRE A LA MILANESA
- AMANIDA DE TOMÀQUET
- PA INTEGRAL
- FRUITA DE TEMPORADA



599,8KCAL 14%P 32%L 56%HC

- ARRÒS A LA CUBANA
- CARN MAGRA AMB SALSAS AGREDOLÇA
- IOGURT NATURAL



599,9KCAL 12%P 32%L 56%HC

- CREMA DE CARABASSÓ
- ESTOFAT DE GALL D'INDI
- FRUITA DE TEMPORADA



600,6KCAL 13%P 35%L 52%HC

- ARRÒS AMB VERDURES
- PERNILETS DE POLLASTRE AMB SALSAS DE PASTANAGA
- AMANIDA DE TOMÀQUET
- FRUITA DE TEMPORADA



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

- TRICOLOR DE VERDURES
- MONGETA BLANCA A LA MARINERA
- FRUITA DE TEMPORADA
- PA INTEGRAL



597,4KCAL 13%P 30%L, 57%HC

- MACARRONS AMB TOMÀQUET
- LLUÇ AMB SALSAS VERDES
- FRUITA DE TEMPORADA



604,6KCAL 13%P 35%L 52%HC

- LLENTIES AMB VERDURES
- LLOM ADOBAT
- AMANIDA D'ENCIAM
- IOGURT NATURAL



604,6KCAL 13%P 35%L 52%HC

- MINESTRA DE VERDURES SALTEJADA
- RODÓ DE GALL D'INDI AMB TOMÀQUET
- FRUITA DE TEMPORADA



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

- CREMA DE PASTANAGA
- OLLA BARREJADA
- IOGURT NATURAL



608,5KCAL 15%P 35%L 50%HC

- CIGRONS AMB BLEDES
- TRUITA DE PERNIL DOLÇ
- AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET
- FRUITA DE TEMPORADA



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

- CREMA DE BRÒQUIL
- MANDONGUILLES A LA CAÇADORA
- FRUITA DE TEMPORADA



608,5KCAL 15%P 35%L 50%HC

DIVENDRES SANT



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



www.comertel.es