

ESCOLA LES AVELLANES

BASAL

Comertel
alimentació col·lectiva

ABRIL

2024

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1
DILLUNS DE PASQUA



- CREMA DE BRÒQUIL
- TRUITA DE PERNIL DOLÇ
- AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
- PA INTEGRAL
- FRUITA DE TEMPORADA



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

- ARRÒS A LA CUBANA
- FILET DE LLUÇ AMB SALSÀ VERDA
- FRUITA DE TEMPORADA



597,3 KCAL 12%P 34%L 53%HC

- CREMA DE PASTANAGA
- PERNILETS DE POLLASTRE AMB SALSÀ DE XAMPINYONS
- AMANIDA DE TOMÀQUET
- FRUITA DE TEMPORADA



595,2 KCAL 13%P 34%L 53%HC

- LLENTIES ECO A LA JARDINERA
- CARN MAGRA A LA RIOJANA
- FRUITA DE TEMPORADA



603,4 KCAL 13%P 31%L 56%HC

- ARRÒS AMB VERDURES
- FILET DE LLUÇ A LA GREGA
- FRUITA DE TEMPORADA



599,9 KCAL 17%P 31%L 52%HC

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



599,8 KCAL 13%P 31%L 56%HC

- LLENTIES ECO ESTOFADES
- ABADEJO A LA GREGA
- PA INTEGRAL
- FRUITA DE TEMPORADA



593,3 KCAL 15%P 31%L 54%HC

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



597,4 KCAL 12%P 33%L 54%HC

- ESTOFAT DE CIGRONS
- TRUITA DE PATATA
- AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO
- PA INTEGRAL
- FRUITA DE TEMPORADA



599,9 KCAL 17%P 31%L 52%HC

- ARRÒS AMB VERDURES
- ABADEJO AMB PATATA
- AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET
- IOGURT NATURAL



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

- CREMA DE CARABASSÓ
- CUIXA DE POLLASTRE AL FORN
- AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
- FRUITA DE TEMPORADA



607,4 KCAL 14%P 30%L 56%HC

- ESPAGUETIS ECO A LA NAPOLITANA
- TRUITA DE TONYINA
- AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO
- FRUITA DE TEMPORADA



599,9 KCAL 15%P 33%L 52%HC

- MONGETA VERDA AMB PATATES
- OLLA BARREJADA
- IOGURT NATURAL



604,6 KCAL 14%P 31%L 55%HC



- SOPA MINISTRONE
- HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
- AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO
- FRUITA DE TEMPORADA



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

- MACARRONS ECO POMODORO
- MANDONGUILLES DE LLUÇ I POTA AL FORN
- AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO
- IOGURT NATURAL



597,6 KCAL 13%P 33%L 54%HC

- CIGRONS ECO AMB VERDURES
- ESTOFAT DE GALL DINDI
- FRUITA DE TEMPORADA



600,6 KCAL 14%P 31%L 55%HC

- ARRÒS AMB TOMÀQUET
- ABADEJO AMB SALSÀ DE VERDURES
- FRUITA DE TEMPORADA



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



- LLENTIES ECO AMB VERDURES
- CARN MAGRA AMB SALSÀ AGREDOLÇA
- FRUITA DE TEMPORADA



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

- CIGRONS ECO AMB BLEDES
- TRUITA DE PATATA CASOLANA
- AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET
- FRUITA DE TEMPORADA



608,5 KCAL 15%P 34%L 51%HC

- ARRÒS CALDÓS
- SALMÓ AMB SALSÀ POMODORO
- AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET
- IOGURT NATURAL



603,4 KCAL 15%P 31%L 54%HC

- CREMA DE VERDURES
- TRUITA DE CARABASSÓ
- AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
- FRUITA DE TEMPORADA



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

