

MES: Setembre-25

MENÚ: ESCOLA LES AVELLANES

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

8 Crema de verdures Pollastre amb arròs Fruita INTEGRADA Pa Oli d'oliva km 0 512,9K Cal; 13 Gr Grasa; 2Gr AGS; 75,5Gr HC; 14,1Gr Azucares; 20,4Gr Proteinas; 3,3Gr Sal.	9 Amanida de patata Bacallà arrebossat Amanida d'enciam i blat de moro Fruita INTEGRADA Pa Integral Oli d'oliva km 0 624,4K Cal; 21,8Gr Grasa; 3,4Gr AGS; 85,8Gr HC; 15,3Gr Azucares; 18,7Gr Proteinas; 2,9Gr Sal.	10 Macarrons ECO amb tomàquet Carn magra amb salsa agredolça Fruita Pa Oli d'oliva km 0 638,1K Cal; 11,7Gr Grasa; 0,9Gr AGS; 100,3Gr HC; 27,7Gr Azucares; 29,4Gr Proteinas; 4,3Gr Sal.	11 FESTIU	12 Mongeta verda a l'allet amb patata Rodó de gall dindi amb tomàquet logurt ECO Pa Oli d'oliva km 0 511,7K Cal; 19,7Gr Grasa; 3,1Gr AGS; 60,8Gr HC; 3,6Gr Azucares; 20,5Gr Proteinas; 4Gr Sal.
15 Amanida de pasta ECO amb salsa rosa Abadejo amb salsa de pastanaga Fruita Pa Oli d'oliva km 0 648,7K Cal; 18,6Gr Grasa; 2,6Gr AGS; 83,5Gr HC; 19,1Gr Azucares; 32Gr Proteinas; 4,2Gr Sal.	16 Cigrons ECO estofats Truita de formatge casolana Amanida d'enciam i blat de moro Fruita Pa Integral Oli d'oliva km 0 577,9K Cal; 19,5Gr Grasa; 4,6Gr AGS; 73,5Gr HC; 20,7Gr Azucares; 26,4Gr Proteinas; 3,5Gr Sal.	17 Crema de carbassó Cuixa de pollastre al forn Amanida d'enciam i tomàquet Fruita INTEGRADA Pa Oli d'oliva km 0 521,6K Cal; 15Gr Grasa; 1,6Gr AGS; 46,3Gr HC; 13Gr Azucares; 48,3Gr Proteinas; 5,7Gr Sal.	18 Mongeta blanca estofada Hamburguesa mixta al forn Amanida d'enciam i pastanaga logurt ECO Pa Oli d'oliva km 0 528,9K Cal; 20,9Gr Grasa; 10Gr AGS; 53Gr HC; 4,2Gr Azucares; 27,9Gr Proteinas; 2,6Gr Sal.	19 Arròs caldós Lluç amb salsa verda amb pèsols Fruita INTEGRADA Pa Oli d'oliva km 0 535,4K Cal; 15,6Gr Grasa; 1,6Gr AGS; 74,5Gr HC; 13,8Gr Azucares; 22,1Gr Proteinas; 3,5Gr Sal.
22 Tricolor de verdures Cuixa de pollastre al chilindrón Fruita INTEGRADA Pa Oli d'oliva km 0 575,5K Cal; 10,7Gr Grasa; 2,1Gr AGS; 59,9Gr HC; 19,3Gr Azucares; 57,9Gr Proteinas; 7,6Gr Sal.	23 Sopa d'au amb pasta Estofat de porc amb cigrons Fruita Pa Integral Oli d'oliva km 0 536,3K Cal; 15,8Gr Grasa; 1,4Gr AGS; 69,2Gr HC; 17Gr Azucares; 27,8Gr Proteinas; 3,9Gr Sal.	24 Arròs amb tomàquet Abadejo amb pepitòria Fruita INTEGRADA Pa Oli d'oliva km 0 559,2K Cal; 6,4Gr Grasa; 0,9Gr AGS; 91,8Gr HC; 21,6Gr Azucares; 28,2Gr Proteinas; 4,6Gr Sal.	25 Llenties ECO guisades Truita de patata Amanida d'enciam i tomàquet Fruita Pa Oli d'oliva km 0 527,7K Cal; 9,8Gr Grasa; 1,9Gr AGS; 86Gr HC; 15,3Gr Azucares; 22,6Gr Proteinas; 2,2Gr Sal.	26 Crema de pastanaga Mandonguilles de lluç i pota al forn Amanida d'enciam i blat de moro logurt ECO Pa Oli d'oliva km 0 529,2K Cal; 17,7Gr Grasa; 1,6Gr AGS; 64,2Gr HC; 3,7Gr Azucares; 27Gr Proteinas; 3,2Gr Sal.
29 Sopa de galets Carn magra a la riojana Fruita INTEGRADA Pa Oli d'oliva km 0 535,7K Cal; 19,4Gr Grasa; 0,7Gr AGS; 63,3Gr HC; 14,8Gr Azucares; 24,5Gr Proteinas; 3,2Gr Sal.	30 Arròs amb verdures Salmó amb salsa pomodoro Fruita INTEGRADA Pa Integral Oli d'oliva km 0 573,8K Cal; 12,3Gr Grasa; 2Gr AGS; 83,9Gr HC; 16,1Gr Azucares; 28,7Gr Proteinas; 3,5Gr Sal.			

VISITA LA NOSTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES