

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

Menu No Carn

1

2

3

6

FESTIU

7

Arròs napolitana
Rodanxa de lluç amb amanida
d'enciam i pastanaga
Fruita i pa

VE:3.428/820 GT:27 GS:3 HC:127 AZ:25 PROT:25 SAL:1

8

Crema de pastanaga i carbassa
amb crostons
Mandonguilles de lluç i pota al
forn
Fruita (eco.) i pa integral

VE:1.692/405 GT:13 GS:1 HC:62 AZ:22 PROT:8 SAL:1

9

Bròquil al vapor amb patates
Macarrons amb bolonyesa de
soja
Fruita i pa

VE:2.855/683 GT:5 GS:0 HC:132 AZ:34 PROT:29 SAL:1

10

Llenties (eco) amb verdures
Tortilla de patata al horno amb
amanida d'enciam i tomàquet
Fruita i pa integral

VE:3.070/734 GT:19 GS:3 HC:116 AZ:24 PROT:25 SAL:1

13

Paella de verdures
Llenguadina a la romana amb
amanida d'enciam i tomàquet
Fruita i pa

VE:3.898/933 GT:27 GS:4 HC:128 AZ:26 PROT:47 SAL:1

14

Mongetes blanques estofades
amb verdures
Trita de patata i carbassó al
forn amb amanida d'enciam i blat
de moro
logurt i pa

VE:2.895/693 GT:21 GS:5 HC:94 AZ:15 PROT:33 SAL:2

15

COLONIES CI
Espaguetis integrals amb salsa
carbonara
Filet de lluç a la grega amb
pèsols saltats
Fruita i pa integral

VE:3.129/749 GT:19 GS:2 HC:106 AZ:28 PROT:37 SAL:2

16

COLONIES CI
Sopa de verdures
Tortilla de patata al horno amb
amanida d'enciam i tomàquet
Fruita i pa

VE:2.501/598 GT:17 GS:3 HC:92 AZ:29 PROT:22 SAL:2

17

Mongeta verda amb patates
Peix al forn amb amanida
d'enciam i olives
Fruita i pa integral

VE:2.293/549 GT:13 GS:1 HC:78 AZ:25 PROT:28 SAL:1

20

Bròquil al vapor amb patates
Hamburguesa vegana amb
samfaina
Fruita i pa

VE:2.784/666 GT:14 GS:2 HC:115 AZ:32 PROT:23 SAL:1

21

Cigrons amb verdures
Trita de patata i carbassó al
forn amb amanida d'enciam i
tomàquet
logurt i pa

VE:3.256/779 GT:23 GS:5 HC:104 AZ:21 PROT:38 SAL:2

22

Arròs integral amb salsa de
tomàquet casolana
Abadejo al forn amb patata, ceba
i poma.
Fruita i pa integral

VE:2.884/690 GT:8 GS:0 HC:121 AZ:27 PROT:36 SAL:2

23

Sopa de verdures
Mandonguilles de tonyina amb
salsa
Fruita i pa

VE:2.771/663 GT:9 GS:2 HC:111 AZ:30 PROT:32 SAL:1

24

Verdura tricolor (patata,
pastanaga, mongeta verda)
Macarrons integrals amb
bolonyesa de soja
Fruita i pa integral

VE:2.561/613 GT:4 GS:0 HC:119 AZ:35 PROT:25 SAL:1

27

Llenties estofades amb verdures
Tortilla francesa al horno amb
amanida d'enciam
Fruita i pa

VE:2.815/673 GT:16 GS:1 HC:108 AZ:26 PROT:31 SAL:1

28

Macarrons amb verdures
Lluç a la biscaïna amb amanida
d'enciam i olives
logurt i pa

VE:2.851/682 GT:17 GS:4 HC:90 AZ:12 PROT:42 SAL:2

29

COLONIES INFANTIL
Coliflor saltada
Cigrons amb verdures amb ou
dur
Fruita (eco.) i pa integral

VE:2.905/695 GT:15 GS:3 HC:103 AZ:29 PROT:37 SAL:1

30

COLONIES INFANTIL
Sopa de verdures
Trita de patata i carbassó al
forn amb amanida d'enciam i
cogombre
Fruita i pa

VE:2.495/597 GT:19 GS:4 HC:92 AZ:30 PROT:16 SAL:2