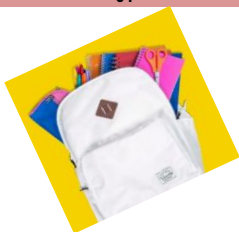


DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
			<i>Tornem a l'escola!!!</i>	
07	08	09	10	11
	Espirals amb salsa de formatge Croquetes de carn d'olla fregides Enciam i olives Pa integral i fruita fresca Kcal: 786,386 prot (g): 23,272 lip (g): 31,516 hc (g): 96,684	Amanida d'arròs integral, pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives Ous durs amb salsa de tomàquet Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca Kcal: 625,363 prot (g): 21,575 lip (g): 22,377 hc (g): 79,149	Mongetes seques estofades amb verdures Pernilets de pollastre a la llimona Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca Kcal: 707,494 prot (g): 42,478 lip (g): 23,716 hc (g): 70,403	
14	15	16	17	18
Llenties estofades amb carbassa Truita de patata i ceba Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca Kcal: 639,941 prot (g): 24,053 lip (g): 19,696 hc (g): 82,284	Amanida de pasta integral (tomàquet, blat de moro, pastanaga i olives) Salmó al forn/planxa Samfaina Pa integral i fruita fresca Kcal: 650,199 prot (g): 28,594 lip (g): 23,075 hc (g): 75,021	Amanida de patata, tomàquet, tonyina i olives Pit de gall dindi al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa integral i iogurt natural Kcal: 589,655 prot (g): 41,919 lip (g): 21,484 hc (g): 53,279	Mongetes tendres amb patates al vapor Estofat de poltre - Pa integral i fruita fresca Kcal: 518,228 prot (g): 37,249 lip (g): 8,474 hc (g): 56,492	Arròs amb salsa de tomàquet Peix carboner al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca Kcal: 541,104 prot (g): 20,901 lip (g): 13,482 hc (g): 79,928
21	22	23	24	25
Crema d'estiu (mongeta tendra, carbassó i pastanaga) Amanida de llenties amb pebrot vermell, cogombre i pastanaga - Pa integral i fruita fresca Kcal: 396,487 prot (g): 12,945 lip (g): 7,255 hc (g): 62,307	Pèsols amb patates saltats Contracuixa de pollastre al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca Kcal: 646,576 prot (g): 37,883 lip (g): 24,3 hc (g): 59,305	Coliflor al vapor amb patates Estofat de porc a la jardineria - Pa integral i fruita fresca Kcal: 536,658 prot (g): 34,463 lip (g): 17,274 hc (g): 55,17	Espirals integrals gratinats (salsa de tomàquet i formatge ratllat) Truita de formatge Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca Kcal: 689,148 prot (g): 29,782 lip (g): 29,594 hc (g): 69,539	Paella de verdures (minestra) Lluç a l'andalusa casolà fregit Enciam i blat de moro Pa integral i iogurt natural Kcal: 601,518 prot (g): 29,209 lip (g): 18,017 hc (g): 77,921
28	29	30	01	02
Bròquil al vapor amb patates Estofat de gall dindi Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca Kcal: 607,053 prot (g): 38,759 lip (g): 23,484 hc (g): 53,781	Llenties estofades amb verdures Ous durs amb salsa de tomàquet Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca Kcal: 627,068 prot (g): 29,962 lip (g): 21,019 hc (g): 71,861	Fideuà de verdures Salmó al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca Kcal: 663,145 prot (g): 28,482 lip (g): 23,582 hc (g): 78,293	<i>Fruita fresca de temporada: poma, pera, plàtan, meló i síndria</i> <i>La fruita servida podrà variar en funció de la disponibilitat, garantint en tot cas que es tracta de fruita fresca i de temporada</i>	<i>Revisat per Nuria Segura López, Graduada en Nutrició Humana i Dietètica</i>

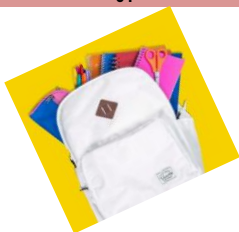
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
			<i>Tornem a l'escola!!!</i>	
07	08	09	10	11
	Patata i pastanaga al vapor Llom al forn/planxa Enciam iceberg Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca (no taronja, mandarina, llimona, kiwi ni pinya)	Arròs bullit amb oli d'oliva Filet de vedella al forn/planxa Enciam iceberg Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca (no taronja, mandarina, llimona, kiwi ni pinya)	Patates cuites Pernilets de pollastre al forn Enciam i pastanaga Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca (no taronja, mandarina, llimona, kiwi ni pinya)	FESTIU
14	15	16	17	18
Bròquil amb patates saltat Filet de vedella al forn/planxa Enciam iceberg Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca (no taronja, mandarina, llimona, kiwi ni pinya)	Bledes amb patates saltades Llom al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca (no taronja, mandarina, llimona, kiwi ni pinya)	Crema de patata Pit de gall dindi al forn/planxa Enciam i olives Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca (no taronja, mandarina, llimona, kiwi ni pinya)	Mongetes tendres amb patates al vapor Filet de vedella al forn/planxa Enciam iceberg Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca (no taronja, mandarina, llimona, kiwi ni pinya)	Arròs bullit amb oli d'oliva Contracuixa de pollastre al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca (no taronja, mandarina, llimona, kiwi ni pinya)
21	22	23	24	25
Crema de pastanaga Llom al forn/planxa Patates al forn Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca (no taronja, mandarina, llimona, kiwi ni pinya)	Bledes amb patates saltades Contracuixa de pollastre al forn/planxa Enciam i olives Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca (no taronja, mandarina, llimona, kiwi ni pinya)	Coliflor al vapor amb patates Carn magra al forn/planxa Enciam iceberg Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca (no taronja, mandarina, llimona, kiwi ni pinya)	Patates cuites Pit de gall dindi al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca (no taronja, mandarina, llimona, kiwi ni pinya)	Arròs bullit amb oli d'oliva Filet de vedella al forn/planxa Enciam i olives Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca (no taronja, mandarina, llimona, kiwi ni pinya)
28	29	30	01	02
Bròquil al vapor amb patates Pit de gall dindi al forn/planxa Enciam iceberg Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca (no taronja, mandarina, llimona, kiwi ni pinya)	Coliflor al vapor amb patates Filet de vedella al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca (no taronja, mandarina, llimona, kiwi ni pinya)	Bledes saltades amb pastanaga i xampinyons a la gallega Pit de gall dindi al forn/planxa Enciam i olives Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca (no taronja, mandarina, llimona, kiwi ni pinya)	<i>Fruita fresca de temporada: poma, pera, plàtan, meló i síndria</i> <i>La fruita servida podrà variar en funció de la disponibilitat i les al·lèrgies</i>	<i>Revisat per Nuria Segura López, Graduada en Nutrició Humana i Dietètica</i>

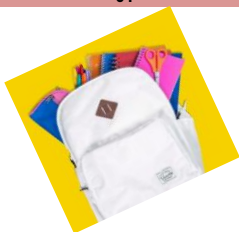
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
			Tornem a l'escola!!!	
07	08	09	10	11
	Espirals amb salsa de formatge Croquetes de carn d'olla fregides Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Amanida d'arròs integral, pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives Ous durs amb salsa de tomàquet Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca	Mongetes seques estofades amb verdures Pernilets de pollastre a la llimona Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca	FESTIU
14	15	16	17	18
Llenties estofades amb carbassa Trita de patata i ceba Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca	Macarrons integrals napolitana Salmó al forn/planxa Samfaina Pa integral i fruita fresca	Amanida de patata, pebrot, ceba i olives Pit de gall dindi al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i iogurt natural	Mongetes tendres amb patates al vapor Estofat de poltre - Pa integral i fruita fresca	Arròs amb salsa de tomàquet Peix carboner al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca
21	22	23	24	25
Crema d'estiu (mongeta tendra, carbassó i pastanaga) Peix carboner al forn/planxa Patates al forn Pa integral i fruita fresca	Pèsols amb patates saltats Contracuixa de pollastre al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Coliflor al vapor amb patates Estofat de porc a la jardineria - Pa integral i fruita fresca	Espirals integrals gratinats Trita de formatge Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca	Paella de verdures (minestra) Lluç a l'andalusa casolà fregit Enciam i blat de moro Pa integral i iogurt natural
28	29	30	01	02
Bròquil al vapor amb patates Estofat de gall dindi Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca	Llenties estofades amb verdures Ous durs amb salsa de tomàquet Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca	Fideuà de verdures Salmó al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Fruita fresca de temporada: poma, pera, plàtan, meló i síndria La fruita servida podrà variar en funció de la disponibilitat i les al·lèrgies	Revisat per Nuria Segura López, Graduada en Nutrició Humana i Dietètica

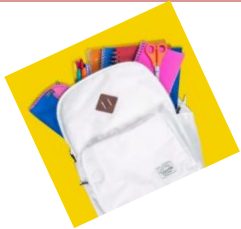
Menú Sense fructosa (no processats ni sucres afegits, sí fruites i verdures)

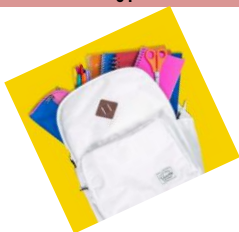
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
			<i>Tornem a l'escola!!!</i>	
07	08	09	10	11
	Espirals amb salsa de tomàquet Llom al forn/planxa Enciam i olives Pa blanc i fruita fresca	Arròs bullit amb oli d'oliva Ous durs amb salsa de tomàquet Enciam i blat de moro Pa blanc i fruita fresca	Espinacs saltades amb patates Pernilets de pollastre a la llimona Enciam i pastanaga Pa blanc i fruita fresca	FESTIU
14	15	16	17	18
Bròquil amb patates saltat Trita francesa Enciam i blat de moro Pa blanc i fruita fresca	Espirals bullits amb oli d'oliva Salmó al forn/planxa Samfaina Pa blanc i fruita fresca	Amanida de patata, tomàquet, tonyina i olives Pit de gall dindi al forn/planxa Enciam i olives Pa blanc i fruita fresca	Mongetes tendres amb patates al vapor Estofat de poltre - Pa blanc i fruita fresca	Arròs amb salsa de tomàquet Peix carboner al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa blanc i fruita fresca
21	22	23	24	25
Crema d'estiu (mongeta tendra, carbassó i pastanaga) Peix carboner al forn/planxa Patates al forn Pa blanc i fruita fresca	Bledes amb patates saltades Contracuixa de pollastre al forn/planxa Enciam i olives Pa blanc i fruita fresca	Coliflor al vapor amb patates Carn magra al forn/planxa Enciam iceberg Pa blanc i fruita fresca	Espinacs saltades amb patates Trita francesa Enciam i pastanaga Pa blanc i fruita fresca	Paella de verdures (minestra) Lluç a l'andalusa casolà fregit Enciam i blat de moro Pa blanc i fruita fresca
28	29	30	01	02
Bròquil al vapor amb patates Estofat de gall dindi Enciam i blat de moro Pa blanc i fruita fresca	Espinacs saltades amb patates Ous durs amb salsa de tomàquet Enciam i pastanaga Pa blanc i fruita fresca	Fideuà de verdures Salmó al forn/planxa Enciam i olives Pa blanc i fruita fresca	<i>Fruita fresca de temporada: poma, pera, plàtan, meló i síndria</i> <i>La fruita servida podrà variar en funció de la disponibilitat i les al·lèrgies</i>	<i>Revisat per Nuria Segura López, Graduada en Nutrició Humana i Dietètica</i>

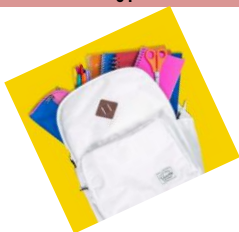
Menú Sense fruits secs ni fruites rosàcies (poma, pera, préssec, albercoc, nectarina, maduixa, cirera, pruna ni paraguaià)

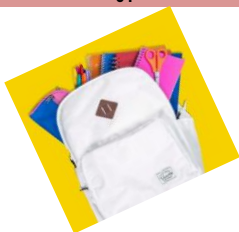
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
			Tornem a l'escola!!!	
07	08	09	10	11
	Espirals amb salsa de tomàquet Croquetes de carn d'olla fregides Enciam i olives Pa integral i fruita fresca (no rosàcies)	Amanida d'arròs integral, pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives Ous durs amb salsa de tomàquet Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca (no rosàcies)	Mongetes seques estofades amb verdures Pernilets de pollastre a la llimona Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca (no rosàcies)	FESTIU
14	15	16	17	18
Llenties estofades amb carbassa Trita de patata i ceba Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca (no rosàcies)	Amanida de pasta integral (tomàquet, blat de moro, pastanaga i olives) Salmó al forn/planxa Samfaina Pa integral i fruita fresca (no rosàcies)	Amanida de patata, tomàquet, tonyina i olives Pit de gall dindi al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i iogurt natural	Mongetes tendres amb patates al vapor Estofat de poltre - Pa integral i fruita fresca (no rosàcies)	Arròs amb salsa de tomàquet Peix carboner al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca (no rosàcies)
21	22	23	24	25
Crema d'estiu (mongeta tendra, carbassó i pastanaga) Amanida de llenties amb pebrot vermell, cogombre i pastanaga - Pa integral i fruita fresca (no rosàcies)	Pèsols amb patates saltats Contracuixa de pollastre al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca (no rosàcies)	Coliflor al vapor amb patates Estofat de porc a la jardineria - Pa integral i fruita fresca (no rosàcies)	Espirals integrals gratinats Trita de formatge Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca (no rosàcies)	Paella de verdures (minestra) Lluç a l'andalusa casolà fregit Enciam i blat de moro Pa integral i iogurt natural
28	29	30	01	02
Bròquil al vapor amb patates Estofat de gall dindi Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca (no rosàcies)	Llenties estofades amb verdures Ous durs amb salsa de tomàquet Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca (no rosàcies)	Fideuà de verdures Salmó al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca (no rosàcies)	Fruita fresca de temporada: poma, pera, plàtan, meló i síndria La fruita servida podrà variar en funció de la disponibilitat i les al·lèrgies	Revisat per Nuria Segura López, Graduada en Nutrició Humana i Dietètica

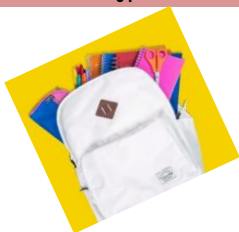
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
			<i>Tornem a l'escola!!!</i>	
07	08	09	10	11
	Patata i pastanaga al vapor	Amanida d'arròs integral, pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives	Mongetes seques estofades amb verdures	FESTIU
	Llom al forn/planxa	Ous durs amb salsa de tomàquet	Pernilets de pollastre a la llimona	
	Enciam i olives	Enciam i blat de moro	Enciam i pastanaga	
	Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca	Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca	Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca	
14	15	16	17	18
Bròquil amb patates saltat	Amanida d'arròs, pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives	Amanida de patata, tomàquet, tonyina i olives	Mongetes tendres amb patates al vapor	Arròs amb salsa de tomàquet
Truita francesa	Salmó al forn/planxa	Pit de gall dindi al forn/planxa	Estofat de poltre	Peix carboner al forn/planxa
Enciam i blat de moro	Samfaina	Enciam i olives	-	Enciam i pastanaga
Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca	Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca	Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca	Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca	Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca
21	22	23	24	25
Crema d'estiu (mongeta tendra, carbassó i pastanaga)	Pèsols amb patates saltats	Coliflor al vapor amb patates	Espinacs saltades amb patates	Arròs amb salsa de tomàquet
Peix carboner al forn/planxa	Contracuixa de pollastre al forn/planxa	Estofat de porc a la jardinera	Truita francesa	Lluç al forn/planxa
Patates al forn	Enciam i olives	-	Enciam i pastanaga	Enciam i blat de moro
Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca	Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca	Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca	Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca	Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca
28	29	30	01	02
Bròquil al vapor amb patates	Espinacs saltades amb patates	Bledes saltades amb pastanaga i xampinyons a la gallega	<i>Fruita fresca de temporada: poma, pera, plàtan, meló i síndria</i>	<i>Revisat per Nuria Segura López, Graduada en Nutrició Humana i Dietètica</i>
Estofat de gall dindi	Ous durs amb salsa de tomàquet	Salmó al forn/planxa	<i>La fruita servida podrà variar en funció de la disponibilitat i les al·lèrgies</i>	
Enciam i blat de moro	Enciam i pastanaga	Enciam i olives		
Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca	Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca	Pa s/gluten, llet, soja ni fruits secs i fruita fresca		

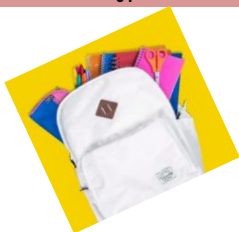
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
			<i>Tornem a l'escola!!!</i>	
07	08	09	10	11
	Espirals s/gluten amb salsa de tomàquet Llom al forn/planxa Enciam i olives Pa sense gluten i fruita fresca	Amanida d'arròs integral, pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives Ous durs amb salsa de tomàquet Enciam i blat de moro Pa sense gluten i fruita fresca	Mongetes seques estofades amb verdures Pernillets de pollastre a la llimona Enciam i pastanaga Pa sense gluten i fruita fresca	FESTIU
14	15	16	17	18
Bròquil saltat amb pastanaga Truita de patata i ceba Enciam i blat de moro Pa sense gluten i fruita fresca	Amanida de pasta s/gluten (tomàquet, blat de moro, pastanaga i olives) Salmó al forn/planxa Samfaina Pa sense gluten i fruita fresca	Amanida de patata, tomàquet, tonyina i olives Pit de gall dindi al forn/planxa Enciam i olives Pa sense gluten i iogurt natural	Mongetes tendres amb patates al vapor Estofat de poltre - Pa sense gluten i fruita fresca	Arròs amb salsa de tomàquet Peix carboner al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa sense gluten i fruita fresca
21	22	23	24	25
Crema d'estiu (mongeta tendra, carbassó i pastanaga) Peix carboner al forn/planxa Patates al forn Pa sense gluten i fruita fresca	Pèsols amb patates saltats Contracuixa de pollastre al forn/planxa Enciam i olives Pa sense gluten i fruita fresca	Coliflor al vapor amb patates Estofat de porc a la jardineria - Pa sense gluten i fruita fresca	Espirals s/gluten amb salsa de tomàquet Truita de formatge Enciam i pastanaga Pa sense gluten i fruita fresca	Paella de verdures (minestra) Lluç al forn/planxa Enciam i blat de moro Pa sense gluten i iogurt natural
28	29	30	01	02
Bròquil al vapor amb patates Estofat de gall dindi Enciam i blat de moro Pa sense gluten i fruita fresca	Espinacs saltades amb patates Ous durs amb salsa de tomàquet Enciam i pastanaga Pa sense gluten i fruita fresca	Fideus s/gluten amb verdures Salmó al forn/planxa Enciam i olives Pa sense gluten i fruita fresca	<i>Fruita fresca de temporada: poma, pera, plàtan, meló i síndria</i> <i>La fruita servida podrà variar en funció de la disponibilitat i les al·lèrgies</i>	<i>Revisat per Nuria Segura López, Graduada en Nutrició Humana i Dietètica</i>

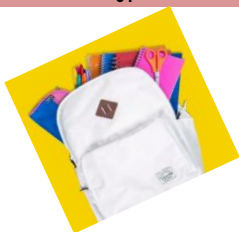
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
			Tornem a l'escola!!!	
07	08	09	10	11
	Espirals s/ou amb tomàquet Llom al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Amanida d'arròs integral, pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives Lluç al forn/planxa Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca	Mongetes seques estofades amb verdures Pernilets de pollastre a la llimona Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca	FESTIU
14	15	16	17	18
Llenties estofades amb carbassa Peix carboner al forn/planxa Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca	Amanida de pasta s/ou (tomàquet, blat de moro, pastanaga i olives) Salmó al forn/planxa Samfaina Pa integral i fruita fresca	Amanida de patata, tomàquet, tonyina i olives Pit de gall dindi al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i iogurt de soja	Mongetes tendres amb patates al vapor Estofat de poltre - Pa integral i fruita fresca	Arròs amb salsa de tomàquet Peix carboner al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca
21	22	23	24	25
Crema d'estiu (mongeta tendra, carbassó i pastanaga) Amanida de llenties amb pebrot vermell, cogombre i pastanaga - Pa integral i fruita fresca	Pèsols amb patates saltats Contracuixa de pollastre al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Coliflor al vapor amb patates Estofat de porc a la jardineria - Pa integral i fruita fresca	Espirals s/ou amb tomàquet Llom al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca	Paella de verdures (minestra) Lluç a l'andalusa casolà fregit Enciam i blat de moro Pa integral i iogurt de soja
28	29	30	01	02
Bròquil al vapor amb patates Estofat de gall dindi Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca	Llenties estofades amb verdures Lluç al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca	Fideus s/ou amb verdures Salmó al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Fruita fresca de temporada: poma, pera, plàtan, meló i síndria La fruita servida podrà variar en funció de la disponibilitat i les al·lèrgies	Revisat per Nuria Segura López, Graduada en Nutrició Humana i Dietètica

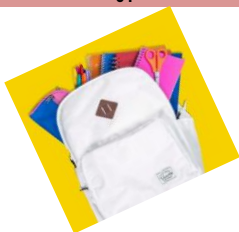
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
			Tornem a l'escola!!!	
07	08	09	10	11
	Espirals amb salsa de tomàquet Llom al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Amanida d'arròs integral, pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives Ous durs amb salsa de tomàquet Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca	Mongetes seques estofades amb verdures Pernilets de pollastre a la llimona Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca	FESTIU
14	15	16	17	18
Llenties estofades amb carbassa Trita de patata i ceba Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca	Amanida de pasta integral (tomàquet, blat de moro, pastanaga i olives) Salmó al forn/planxa Samfaina Pa integral i fruita fresca	Amanida de patata, tomàquet, tonyina i olives Pit de gall dindi al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i iogurt de soja	Mongetes tendres amb patates al vapor Estofat de poltre - Pa integral i fruita fresca	Arròs amb salsa de tomàquet Peix carboner al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca
21	22	23	24	25
Crema d'estiu (mongeta tendra, carbassó i pastanaga) Amanida de llenties amb pebrot vermell, cogombre i pastanaga - Pa integral i fruita fresca	Pèsols amb patates saltats Contracuixa de pollastre al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Coliflor al vapor amb patates Estofat de porc a la jardineria - Pa integral i fruita fresca	Espirals amb salsa de tomàquet Trita francesa Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca	Paella de verdures (minestra) Lluç a l'andalusa casolà fregit Enciam i blat de moro Pa integral i iogurt de soja
28	29	30	01	02
Bròquil al vapor amb patates Estofat de gall dindi Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca	Llenties estofades amb verdures Ous durs amb salsa de tomàquet Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca	Fideuà de verdures Salmó al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Fruita fresca de temporada: poma, pera, plàtan, meló i síndria La fruita servida podrà variar en funció de la disponibilitat i les al·lèrgies	Revisat per Nuria Segura López, Graduada en Nutrició Humana i Dietètica

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
			Tornem a l'escola!!!	
07	08	09	10	11
	Patata i pastanaga al vapor Llom al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Amanida d'arròs integral, pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives Ous durs amb salsa de tomàquet Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca	Espinacs saltades amb patates Pernilets de pollastre a la llimona Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca	FESTIU
14	15	16	17	18
Bròquil amb patates saltat Truita francesa Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca	Amanida d'arròs, pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives Salmó al forn/planxa Samfaina Pa integral i fruita fresca	Amanida de patata, tomàquet, tonyina i olives Pit de gall dindi al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i iogurt natural	Coliflor al vapor amb patates Estofat de poltre - Pa integral i fruita fresca	Arròs amb salsa de tomàquet Peix carboner al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca
21	22	23	24	25
Crema d'estiu (mongeta tendra, carbassó i pastanaga) Peix carboner al forn/planxa Patates al forn Pa integral i fruita fresca	Bledes amb patates saltades Contracuixa de pollastre al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Coliflor al vapor amb patates Pit de gall dindi al forn/planxa Enciam iceberg Pa integral i fruita fresca	Espinacs saltades amb patates Truita francesa Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca	Arròs amb salsa de tomàquet Lluç al forn/planxa Enciam i blat de moro Pa integral i iogurt natural
28	29	30	01	02
Bròquil al vapor amb patates Estofat de gall dindi Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca	Espinacs saltades amb patates Ous durs amb salsa de tomàquet Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca	Bledes saltades amb pastanaga i xampinyons a la gallega Salmó al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Fruita fresca de temporada: poma, pera, plàtan, meló i síndria La fruita servida podrà variar en funció de la disponibilitat i les al·lèrgies	Revisat per Nuria Segura López, Graduada en Nutrició Humana i Dietètica

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
			Tornem a l'escola!!!	
07	08	09	10	11
	Espirals amb salsa de formatge Croquetes de carn d'olla fregides Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Amanida d'arròs integral, pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives Ous durs amb salsa de tomàquet Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca	Espinacs saltades amb patates Pernilets de pollastre a la llimona Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca	FESTIU
14	15	16	17	18
Llenties estofades amb carbassa Truita de patata i ceba Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca	Amanida de pasta integral (tomàquet, blat de moro, pastanaga i olives) Salmó al forn/planxa Samfaina Pa integral i fruita fresca	Amanida de patata, tomàquet, tonyina i olives Pit de gall dindi al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i iogurt natural	Mongetes tendres amb patates al vapor Estofat de poltre - Pa integral i fruita fresca	Arròs amb salsa de tomàquet Peix carboner al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca
21	22	23	24	25
Crema d'estiu (mongeta tendra, carbassó i pastanaga) Amanida de llenties amb pebrot vermell, cogombre i pastanaga - Pa integral i fruita fresca	Pèsols amb patates saltats Contracuixa de pollastre al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Coliflor al vapor amb patates Estofat de porc a la jardineria - Pa integral i fruita fresca	Espirals integrals gratinats Truita de formatge Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca	Paella de verdures (minestra) Lluç a l'andalusa casolà fregit Enciam i blat de moro Pa integral i iogurt natural
28	29	30	01	02
Bròquil al vapor amb patates Estofat de gall dindi Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca	Llenties estofades amb verdures Ous durs amb salsa de tomàquet Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca	Fideuà de verdures Salmó al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Fruita fresca de temporada: poma, pera, plàtan, meló i síndria La fruita servida podrà variar en funció de la disponibilitat i les al·lèrgies	Revisat per Nuria Segura López, Graduada en Nutrició Humana i Dietètica

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
			<i>Tornem a l'escola!!!</i>	
07	08	09	10	11
	Espirals s/ou amb tomàquet Llom al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Amanida d'arròs integral, pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives Lluç al forn/planxa Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca	Mongetes seques estofades amb verdures Pernilets de pollastre a la llimona Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca	FESTIU
14	15	16	17	18
Llenties estofades amb carbassa Peix carboner al forn/planxa Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca	Amanida de pasta s/ou (tomàquet, blat de moro, pastanaga i olives) Salmó al forn/planxa Samfaina Pa integral i fruita fresca	Amanida de patata, tomàquet, tonyina i olives Pit de gall dindi al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i iogurt natural	Mongetes tendres amb patates al vapor Estofat de poltre - Pa integral i fruita fresca	Arròs amb salsa de tomàquet Peix carboner al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca
21	22	23	24	25
Crema d'estiu (mongeta tendra, carbassó i pastanaga) Amanida de llenties amb pebrot vermell, cogombre i pastanaga - Pa integral i fruita fresca	Pèsols amb patates saltats Contracuixa de pollastre al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Coliflor al vapor amb patates Estofat de porc a la jardineria - Pa integral i fruita fresca	Espirals s/ou amb tomàquet Llom al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca	Paella de verdures (minestra) Lluç a l'andalusa casolà fregit Enciam i blat de moro Pa integral i iogurt natural
28	29	30	01	02
Bròquil al vapor amb patates Estofat de gall dindi Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca	Llenties estofades amb verdures Lluç al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca	Fideus s/ou amb verdures Salmó al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	<i>Fruita fresca de temporada: poma, pera, plàtan, meló i síndria</i> <i>La fruita servida podrà variar en funció de la disponibilitat i les al·lèrgies</i>	<i>Revisat per Nuria Segura López, Graduada en Nutrició Humana i Dietètica</i>

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
			Tornem a l'escola!!!	
07	08	09	10	11
	Espirals amb salsa de tomàquet Llom al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i iogurt de soja	Amanida d'arròs integral, pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives Ous durs amb salsa de tomàquet Enciam i blat de moro Pa integral i iogurt de soja	Mongetes seques estofades amb verdures Pernilets de pollastre a la llimona Enciam i pastanaga Pa integral i iogurt de soja	FESTIU
14	15	16	17	18
Llenties estofades amb carbassa Trita de patata i ceba Enciam i blat de moro Pa integral i iogurt de soja	Amanida de pasta integral (tomàquet, blat de moro, pastanaga i olives) Salmó al forn/planxa Samfaina Pa integral i iogurt de soja	Amanida de patata, tomàquet, tonyina i olives Pit de gall dindi al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i iogurt de soja	Mongetes tendres amb patates al vapor Estofat de poltre - Pa integral i iogurt de soja	Arròs amb salsa de tomàquet Peix carboner al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa integral i iogurt de soja
21	22	23	24	25
Crema d'estiu (mongeta tendra, carbassó i pastanaga) Amanida de llenties amb pebrot vermell, cogombre i pastanaga - Pa integral i iogurt de soja	Pèsols amb patates saltats Contracuixa de pollastre al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i iogurt de soja	Coliflor al vapor amb patates Estofat de porc a la jardineria - Pa integral i iogurt de soja	Espirals amb salsa de tomàquet Trita francesa Enciam i pastanaga Pa integral i iogurt de soja	Paella de verdures (minestra) Lluç a l'andalusa casolà fregit Enciam i blat de moro Pa integral i iogurt de soja
28	29	30	01	02
Bròquil al vapor amb patates Estofat de gall dindi Enciam i blat de moro Pa integral i iogurt de soja	Llenties estofades amb verdures Ous durs amb salsa de tomàquet Enciam i pastanaga Pa integral i iogurt de soja	Fideuà de verdures Salmó al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i iogurt de soja	Fruita fresca de temporada: poma, pera, plàtan, meló i síndria La fruita servida podrà variar en funció de la disponibilitat i les al·lèrgies	Revisat per Nuria Segura López, Graduada en Nutrició Humana i Dietètica

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
			Tornem a l'escola!!!	
07	08	09	10	11
	Patata i pastanaga al vapor Pit de gall dindi al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Amanida d'arròs integral, pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives Ous durs amb salsa de tomàquet Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca	Mongetes seques estofades amb verdures Pernilets de pollastre a la llimona Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca	FESTIU
14	15	16	17	18
Llenties estofades amb carbassa Trita francesa Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca	Amanida d'arròs, pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives Salmó al forn/planxa Samfaina Pa integral i fruita fresca	Amanida de patata, tomàquet, tonyina i olives Pit de gall dindi al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Mongetes tendres amb patates al vapor Estofat de poltre - Pa integral i fruita fresca	Arròs amb salsa de tomàquet Peix carboner al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca
21	22	23	24	25
Crema d'estiu (mongeta tendra, carbassó i pastanaga) Amanida de llenties amb pebrot vermell, cogombre i pastanaga - Pa integral i fruita fresca	Pèsols amb patates saltats Contracuixa de pollastre al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Coliflor al vapor amb patates Pit de gall dindi al forn/planxa Enciam iceberg Pa integral i fruita fresca	Espinacs saltats amb patates Trita francesa Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca	Arròs amb salsa de tomàquet Lluç al forn/planxa Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca
28	29	30	01	02
Bròquil al vapor amb patates Estofat de gall dindi Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca	Llenties estofades amb verdures Ous durs amb salsa de tomàquet Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca	Bledes saltades amb pastanaga i xampinyons a la gallega Salmó al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Fruita fresca de temporada: poma, pera, plàtan, meló i síndria La fruita servida podrà variar en funció de la disponibilitat i les al·lèrgies	Revisat per Nuria Segura López, Graduada en Nutrició Humana i Dietètica

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31	01	02	03	04
			Tornem a l'escola!!!	
07	08	09	10	11
	Espirals amb salsa de tomàquet Llom al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Amanida d'arròs integral, pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives Ous durs amb salsa de tomàquet Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca	Mongetes seques estofades amb verdures Pernilets de pollastre a la llimona Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca	FESTIU
14	15	16	17	18
Llenties estofades amb carbassa Trita de patata i ceba Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca	Amanida de pasta integral (tomàquet, blat de moro, pastanaga i olives) Salmó al forn/planxa Samfaina Pa integral i fruita fresca	Amanida de patata, tomàquet, tonyina i olives Pit de gall dindi al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i iogurt de soja	Mongetes tendres amb patates al vapor Estofat de poltre - Pa integral i fruita fresca	Arròs amb salsa de tomàquet Peix carboner al forn/planxa Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca
21	22	23	24	25
Crema d'estiu (mongeta tendra, carbassó i pastanaga) Amanida de llenties amb pebrot vermell, cogombre i pastanaga - Pa integral i fruita fresca	Pèsols amb patates saltats Contracuixa de pollastre al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Coliflor al vapor amb patates Estofat de porc a la jardineria - Pa integral i fruita fresca	Espirals amb salsa de tomàquet Trita francesa Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca	Paella de verdures (minestra) Lluç a l'andalusa casolà fregit Enciam i blat de moro Pa integral i iogurt de soja
28	29	30	01	02
Bròquil al vapor amb patates Estofat de gall dindi Enciam i blat de moro Pa integral i fruita fresca	Llenties estofades amb verdures Ous durs amb salsa de tomàquet Enciam i pastanaga Pa integral i fruita fresca	Fideuà de verdures Salmó al forn/planxa Enciam i olives Pa integral i fruita fresca	Fruita fresca de temporada: poma, pera, plàtan, meló i síndria La fruita servida podrà variar en funció de la disponibilitat i les al·lèrgies	Revisat per Nuria Segura López, Graduada en Nutrició Humana i Dietètica