



SETEMBRE 25

PEP VENTURA

BASAL

RC Serveis Menjadors
sostenibles

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	08/09	09/09	10/09	11/09	12/09
Dinar	MACARRONS AMB SOFREGIT DE VERDURES CROQUETES AMB ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS/PA BLANC Kcal 706,20 prot 36,66 hc 83,98 lip 24,66	AMANIDA DE LLENTIES TRUITA DE PATATES AMB ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS/PA INTEGRAL Kcal 735,35 prot 33,73 hc 82,50 lip 27,84	PAELLA MARINERA PEIX A LA PLANXA AMB TOMÀQUET NATURAL IOGURT/PA BLANC Kcal 723,17 prot 28,51 hc 107,31 lip 29,28	FESTA	ESPAGUETIS INTEGRALS A LA CARBONARA LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS/PA BLANC Kcal 751,06 prot 26,75 hc 87,98 lip 25,93
Proposta Sopar	Verdura Ou Fruita	Verdura Peix Fruita	Llegum Ou Fruita		Pasta Prot vegetal Fruita
Dinar	15/09 PATATA I MONGETA TENDRA PASTA A LA BOLONYESA DE SOJA FRUITA DEL TEMPS/PA BLANC Kcal 728,67 prot 33,73 hc 83,07 lip 27,84	16/09 CREMA DE CARBASSÓ AMB CROSTONS POLLASTRE A LA PLANXA AMB TOMÀQUET AMANIT I OLIVES FRUITA DEL TEMPS/PA INTEGRAL Kcal 729,64 prot 26,75 hc 83,67 lip 25,93	17/09 SOPA DE BROU MANDONGUILLES VEDELLA A LA JARDINERA IOGURT/PA BLANC Kcal 778,64 prot 31,64 hc 95,64 lip 34,95	18/09 CIGRONS ESTOFATS DE VERDURES (pastanaga,ceba...) TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I BROT DE SOJA FRUITA DEL TEMPS/PA INTEGRAL Kcal 754,06 prot 20,96 hc 102,39 lip 27,05	19/09 ARRÒS AMB VERDURES DE TEMPORADA LLUÇA LA PLANXA AMB ENCIAM I BLAT FRUITA DEL TEMPS/PA BLANC Kcal 756,34 prot 25,69 hc 85,25 lip 28,09
Proposta Sopar	Pasta Carn blanca Fruita	Arròs Ou Fruita	Verdura Peix Fruita	Llegum Prot vegetal Fruita	Crema Peix blau Iogurt
Dinar	22/09 LLENTIES ESTOFATS DE VERDURES (pastanaga,ceba...) TRUITA DE PATATES AMB ENCIAM I REMOLATXA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS/PA BLANC Kcal 730,84 prot 35,25 hc 85,34 lip 24,33	23/09 PATATA I BRÒQUIL LLUÇ A LA PLANXA AMB ENCIAM MERAVELLA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS/PA INTEGRAL Kcal 735,35 prot 33,73 hc 82,50 lip 27,84	24/09 FESTA	25/09 ARRÒS AMB TOMÀQUET POLLASTRE AL FORN AMB PATATES FREGIDES FRUITA DEL TEMPS/PA INTEGRAL Kcal 749,47 prot 31,04 hc 85,34 lip 27,05	26/09 CREMA DE VERDURES AMB CROSTONS CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURETES DE TEMPORADA FRUITA DEL TEMPS/PA BLANC Kcal 716,49 prot 27,22 hc 76,22 lip 25,01
Proposta Sopar	Pasta Carn blanca Fruita	Arròs Peix blanc Iogurt		Crema Prot vegetal Fruita	Llegum Peix blau Fruita
Dinar	29/09 PATATA I PÈSOLS POLLASTRE ROSTIT AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS/PA BLANC Kcal 775,42 prot 19,06 hc 100,33 lip 23,12	30/09 ARRÒS TRES DELICIES (PASTANAGA, PÈSOLS I TRUITA) LLUÇ A LA MARINERA FRUITA DEL TEMPS/PA INTEGRAL Kcal 754,06 prot 20,96 hc 102,39 lip 29,05			
Proposta Sopar	Crema Peix blau Fruita	Llegum Carn blanca Iogurt			
dimarts i dijous-pa integral		Iogurt natural per a tothom		oli d'oliva verge extra/sal iodada	

1

2

3

4