



- Festiu
- 100% Vegetal
- Dia especial

Els menús estan supervisats per nutricionistes, amb formació acreditada, Grau en Nutrició Humana i Dietètica, segons la llei 17/2011 de Seguretat Alimentària i Nutrició. Contacte: dietistarcn@ausolan.com.

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
7 Festiu	8 Macarrons integrals a la napolitana Croquetes de pernil amb brots verds Fruita de temporada Pa integral Kcal. 766 h.c. 100,9 lip. 31,2 p. 17,7	9 Vichyssoise Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga logurt natural Pa blanc Kcal. 829 h.c. 66,6 lip. 49,9 p. 26,6	10 Arròs tres delícies Pollastre al forn amb ceba i pebrot Fruita de temporada Pa integral Kcal. 692 h.c. 90,4 lip. 23,0 p. 31,3	11 Festiu
14 Mongeta verda amb patata Truita amb formatge amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pa blanc Kcal. 754 h.c. 58,8 lip. 43,3 p. 31,4	15 Amanida d'enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro i olives Llenties amb arròs Fruita de temporada Pa integral Kcal. 606 h.c. 86,7 lip. 18,2 p. 20,4	16 Espirals amb verdures Pernilets de pollastre a l'allada amb mesclum logurt natural Pa blanc Kcal. 704 h.c. 77,8 lip. 29,3 p. 30,9	17 Empedrat de seques Mandonguilles de vedella amb salsa de tomàquet Fruita de temporada Pa integral Kcal. 718 h.c. 66,5 lip. 34,9 p. 32,0	18 Arròs integral amb tomàquet Peix fresc de mercat amb enciam i cogombre Fruita de temporada Pa blanc Kcal. 691 h.c. 79,8 lip. 31,4 p. 23,0
21 Crema de carbassó Llom rostit amb arròs pilaf Fruita de temporada Pa blanc Kcal. 730 h.c. 80,0 lip. 32,7 p. 28,5	22 Cigrons saltejats Aletes de pollastre marinades amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pa integral Kcal. 737 h.c. 44,8 lip. 42,9 p. 42,2	23 Amanida de patata Seques estofades Fruita de temporada Pa blanc Kcal. 772 h.c. 112,6 lip. 19,5 p. 27,0	24 Paella de verdures Salmó al forn amb enciam i olives Fruita de temporada Pa integral Kcal. 862 h.c. 103,1 lip. 36,7 p. 30,2	25 Espaguetis integrals amb pesto d'espínacs Truita francesa amb enciam, poma i magrana logurt natural Pa blanc Kcal. 803 h.c. 79,9 lip. 37,1 p. 34,8
28 Minestra de verdura Estofat de gall dindi amb xampinyons Fruita de temporada Pa blanc Kcal. 426 h.c. 46,6 lip. 14,2 p. 26,8	29 Crema de carbassa Macarrons amb bolonyesa vegetal Fruita de temporada Pa integral Kcal. 783 h.c. 102,7 lip. 30,0 p. 22,2	30 Llenties saltejades Truita amb pernil amb enciam i pebrot Fruita de temporada Pa blanc Kcal. 835 h.c. 83,8 lip. 35,0 p. 42,9		