

			<p>01</p> <p>Cigrons amb verdures</p> <p>Lluç empanat amb amanida d'enciam i olives</p> <p>Fruita del temps</p> <p>656Kcal - Prot:25,3g - Lip:26,2g - HC:67,4g</p>	<p>02</p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Estofat de gall dindi amb verdures</p> <p>Fruita del temps</p> <p>656Kcal - Prot:25,3g - Lip:26,2g - HC:67,4g</p>
<p>05</p> <p>Sopa de brou amb pasta</p> <p>Truita de patata amb amanida de tomàquet natural i olives</p> <p>Fruita del temps</p> <p>655Kcal - Prot:28,5g - Lip:22,6g - HC:65,8g</p>	<p>06</p> <p>FESTIU</p>	<p>07</p> <p>Mongeta verda amb patata</p> <p>Pollastre al forn amb tomàquet al forn amb herbes provençals</p> <p>Fruita del temps</p> <p>660,5Kcal - Prot:22,1g - Lip:20,2g - HC:59,5g</p>	<p>08</p> <p>FESTIU</p>	<p>09</p> <p>Macarrons amb salsa de tomàquet</p> <p>Croquetes i/o bunyols amb amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>logurt</p> <p>680,3Kcal - Prot:19,3g - Lip:28,6g - HC:64,9g</p>
<p>12</p> <p>Fideus a la cassola</p> <p>Salsitxes amb salsa de tomàquet</p> <p>Fruita del temps</p> <p>670,2Kcal - Prot:22,6g - Lip:28,9g - HC:72,6g</p>	<p>13</p> <p>Verdura tricolor</p> <p>Hamburguesa de vedella de PROXIMITAT a la planxa amb amanida de tomàquet i olives</p> <p>Fruita del temps</p> <p>638,2Kcal - Prot:36,1g - Lip:22,3g - HC:63,2g</p>	<p>14</p> <p>Llenties ECO a l'hortolana</p> <p>Truita a la francesa amb pa amb tomàquet i amanida d'enciam</p> <p>logurt</p> <p>671,1Kcal - Prot:28,7g - Lip:23,0g - HC:70,1g</p> 	<p>15</p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Bacallà al forn amb picada d'all i julivert i amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Fruita del temps</p> <p>675,2Kcal - Prot:30,7g - Lip:24,3g - HC:65,1g</p>	<p>16</p> <p>JORNADA DE TRADICIÓ DE NADAL</p> <p>Sopa de galets amb pilotetes</p> <p>Pollastre a la catalana</p> <p>Torrans i neules</p> 
<p>19</p> <p>Coliflor amb patata gratinada</p> <p>Llom de porc amb salsa de ceba</p> <p>Fruita del temps</p> <p>631Kcal - Prot:32,1g - Lip:20,8g - HC:60,8g</p>	<p>20</p> <p>Cigrons guisats amb verdures</p> <p>Truita de carbassó amb amanida de tomàquet i olives</p> <p>Fruita del temps</p> <p>650,6Kcal - Prot:20,3g - Lip:25,3g - HC:60,1g</p>	<p>21</p> <p>Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet</p> <p>Lluç al forn a les fines herbes amb amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita del temps</p> <p>670,2Kcal - Prot:18,7g - Lip:20,2g - HC:69,2g</p>	<p>BON NADAL! </p>	
		<p>LA CARN DE PROXIMITAT ÉS DE LA CARNISSERIA CARNES BASTÚS.</p>	<p>EL PA ÉS LOCAL I ESTA INCLÒS EN TOTS ELS ÀPATS. OFERIM PA INTEGRAL.</p> <p>L'OLI D'OLIVA QUE ES SERVEIX ÉS VERGE EXTRA.</p>	<p>LA FRUITA ÉS DE TEMPORADA. LA VARIETAT D'AQUEST MES : POMA, PERA, PLÀTAN, TARONJA I MANDARINA</p>
<p>Menú confeccionat per Irene Ríos Arias . Dietista –Nutricionista N°Col: CAT 000343</p>				