

MES: Gener-25

MENÚ: SENSE CARN

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
		1 VACANCES DE NADAL	2 VACANCES DE NADAL	3 VACANCES DE NADAL
6 VACANCES DE NADAL	7 VACANCES DE NADAL	8 Crema de carbassó Abadejo amb patata Fruita Pa 577,6K Cal; 16Gr Grasa; 2,4Gr AGS; 56,6Gr HC; 16,8Gr Azucars; 45,3Gr Proteïnes; 6,2Gr Sal.	9 Llenties estofades Truita de carbassó Amanida d'enciam i blat de moro Fruita Pa 542K Cal; 19,1Gr Grasa; 2,1Gr AGS; 60,1Gr HC; 16Gr Azucars; 23Gr Proteïnes; 3,7Gr Sal.	10 Arròs amb verdures Lluç a la grega logurt Pa 520,2K Cal; 18Gr Grasa; 2Gr AGS; 63,5Gr HC; 2,4Gr Azucars; 25,6Gr Proteïnes; 3,5Gr Sal.
13 Mongeta blanca estofada Truita de patata Amanida d'enciam i tomàquet Fruita Pa 694,4K Cal; 22,9Gr Grasa; 2,3Gr AGS; 89,9Gr HC; 16,4Gr Azucars; 25Gr Proteïnes; 5Gr Sal.	14 Macarrons amb tomàquet Abadejo amb salsa de verdures Fruita Pa 617,3K Cal; 14Gr Grasa; 2,3Gr AGS; 70,1Gr HC; 15,2Gr Azucars; 49,6Gr Proteïnes; 6,2Gr Sal.	15 Tricolor de verdures Bacallà arrebossat Amanida d'enciam i pastanaga Fruita Pa 774,6K Cal; 42,7Gr Grasa; 3,4Gr AGS; 74,5Gr HC; 19,3Gr Azucars; 16,1Gr Proteïnes; 5,2Gr Sal.	16 Arròs caldós Abadejo amb ceba Amanida d'enciam logurt Pa 449K Cal; 11Gr Grasa; 1,8Gr AGS; 45,2Gr HC; 1,5Gr Azucars; 39,1Gr Proteïnes; 4,2Gr Sal.	17 Llenties a la camperola Salmó amb salsa pomodoro Fruita Pa 545,8K Cal; 20,7Gr Grasa; 2,5Gr AGS; 61,3Gr HC; 15,8Gr Azucars; 21,5Gr Proteïnes; 3,5Gr Sal.
20 Mongeta verda a l'allet amb patata Varetes de lluç Amanida d'enciam i tomàquet Fruita Pa 727,4K Cal; 39,2Gr Grasa; 3,3Gr AGS; 72,2Gr HC; 19,1Gr Azucars; 15,5Gr Proteïnes; 3,8Gr Sal.	21 Cigrons estofats Lluç al forn Pastanaga saltejada Fruita Pa 706,3K Cal; 17,9Gr Grasa; 1,7Gr AGS; 86,5Gr HC; 16,5Gr Azucars; 41Gr Proteïnes; 5,6Gr Sal.	22 Macarrons napolitana Abadejo amb salsa de pebrots Fruita Pa 693,2K Cal; 17,4Gr Grasa; 2,5Gr AGS; 82,3Gr HC; 15,6Gr Azucars; 47,9Gr Proteïnes; 6,3Gr Sal.	23 Mongeta blanca estofada Truita de carbassó Amanida d'enciam i blat de moro Fruita Pa 687,5K Cal; 22,6Gr Grasa; 2,3Gr AGS; 88,3Gr HC; 16,5Gr Azucars; 25,2Gr Proteïnes; 5Gr Sal.	24 Crema de verdures Croquetes de bacallà Amanida de tomàquet logurt Pa 654,6K Cal; 26,7Gr Grasa; 4,3Gr AGS; 65,8Gr HC; 12,8Gr Azucars; 34,5Gr Proteïnes; 3,5Gr Sal.
27 Macarrons amb tomàquet Mandonguilles de lluç i pota al forn Amanida d'enciam i blat de moro Fruita Pa 589,1K Cal; 13,3Gr Grasa; 1,7Gr AGS; 94,7Gr HC; 17Gr Azucars; 18,2Gr Proteïnes; 4,2Gr Sal.	28 Porrussalda Abadejo al forn Patata al forn Fruita Pa 468K Cal; 9,6Gr Grasa; 1,5Gr AGS; 51,4Gr HC; 14,6Gr Azucars; 36,2Gr Proteïnes; 5Gr Sal.	29 Llenties estofades Truita de tonyina Amanida d'enciam Fruita Pa 546,4K Cal; 13,1Gr Grasa; 3,9Gr AGS; 61,6Gr HC; 15,1Gr Azucars; 37,3Gr Proteïnes; 3,8Gr Sal.	30 Arròs amb verdures Abadejo amb pepitòria Fruita Pa 683,4K Cal; 17,7Gr Grasa; 2,5Gr AGS; 75,4Gr HC; 14,6Gr Azucars; 49,1Gr Proteïnes; 6,9Gr Sal.	31 Cigrons amb bledes Lluç amb piperrada Amanida d'enciam i tomàquet logurt Pa 710,1K Cal; 20,6Gr Grasa; 2,2Gr AGS; 70,9Gr HC; 2,9Gr Azucars; 51,7Gr Proteïnes; 2,3Gr Sal.

VISITA LA NOSTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES