

MES: **Desembre-25**

MENÚ: **ESCOLA DEL SOLERÀS**

Dilluns		Dimarts		Dimecres		Dijous		Divendres	
1	Tricolor de verdures Pollastre al forn amb salsa de poma i ceba Fruita Pa 516,4K Cal; 7,3Gr Grasa; 1,5Gr AGS; 59,8Gr HC; 21,7Gr Azucars; 51,2Gr Proteïnas; 6,4Gr Sal.	2	Sopa d'au amb pasta integral Cigrons amb bledes i ou dur Amanida d'enciam i pastanaga Fruita Pa Integral 543,3K Cal; 12,1Gr Grasa; 1,2Gr AGS; 86,7Gr HC; 21,1Gr Azucars; 20,1Gr Proteïnas; 2,2Gr Sal.	3	Arròs amb tomàquet Abadejo amb pepitòria Fruita Pa 559,2K Cal; 6,4Gr Grasa; 0,9Gr AGS; 91,8Gr HC; 21,6Gr Azucars; 28,2Gr Proteïnas; 4,6Gr Sal.	4	Mongeta blanca estofada Truita de patata Amanida d'enciam i tomàquet Fruita Pa 543,9K Cal; 10,4Gr Grasa; 1,9Gr AGS; 83,2Gr HC; 16,5Gr Azucars; 23,2Gr Proteïnas; 2,2Gr Sal.	5	Crema de pastanaga Mandonguilles de lluç i pota al forn Amanida d'enciam i blat de moro logurt eco Pa  518,5K Cal; 18,7Gr Grasa; 1,6Gr AGS; 62,1Gr HC; 3,6Gr Azucars; 20Gr Proteïnas; 3,2Gr Sal.
8	FESTIU	9	Cigrons eco estofats Bacallà arrebossat Amanida d'enciam i pastanaga Fruita Pa Integral  593,2K Cal; 13,8Gr Grasa; 1,8Gr AGS; 92,6Gr HC; 21,2Gr Azucars; 23,8Gr Proteïnas; 3,2Gr Sal.	10	Crema de bròquil amb formatge Arròs melós amb carbassa i faves de soja Amanida d'enciam i blat de moro Fruita Pa 550,3K Cal; 11,2Gr Grasa; 2,6Gr AGS; 95,5Gr HC; 18,8Gr Azucars; 15,1Gr Proteïnas; 3,9Gr Sal.	11	Llenties eco guisades Truita de carbassó Amanida d'enciam i tomàquet Fruita Pa  521,7K Cal; 9,8Gr Grasa; 1,9Gr AGS; 84,7Gr HC; 15,2Gr Azucars; 22,6Gr Proteïnas; 3,1Gr Sal.	12	Macarrons eco napolitana Pernilet de pollastre al chilindrón logurt eco Pa  590,3K Cal; 22,4Gr Grasa; 9,2Gr AGS; 70,5Gr HC; 9,6Gr Azucars; 25,9Gr Proteïnas; 4,8Gr Sal.
15	Arròs amb tomàquet Abadejo amb pepitòria Fruita Pa 559,2K Cal; 6,4Gr Grasa; 0,9Gr AGS; 91,8Gr HC; 21,6Gr Azucars; 28,2Gr Proteïnas; 4,6Gr Sal.	16	Crema de pastanaga Rodó de gall dindi Amanida d'enciam i tomàquet Fruita Pa Integral 689,3K Cal; 24,1Gr Grasa; 9,1Gr AGS; 50,3Gr HC; 15,8Gr Azucars; 66,6Gr Proteïnas; 3,9Gr Sal.	17	Mongeta blanca estofada Carn magra a la riojana Amanida d'enciam i blat de moro Fruita Pa 595,3K Cal; 13,1Gr Grasa; 1Gr AGS; 78,8Gr HC; 17,9Gr Azucars; 34,1Gr Proteïnas; 3Gr Sal.	18	Minestra de verdures amb patata Truita de formatge casolana Amanida d'enciam i pastanaga logurt eco Pa  529,9K Cal; 8,7Gr Grasa; 1,1Gr AGS; 84Gr HC; 12,2Gr Azucars; 24,7Gr Proteïnas; 3,6Gr Sal.	19	Sopa de Nadal (escoles) Pit de pollastre a la milanesa Patates xips Postres especials Pa 562,6K Cal; 32,6Gr Grasa; 4,9Gr AGS; 48,4Gr HC; 2,1Gr Azucars; 18,3Gr Proteïnas; 3,1Gr Sal.
22	VACANCES DE NADAL	23	VACANCES DE NADAL	24	VACANCES DE NADAL	25	VACANCES DE NADAL	26	VACANCES DE NADAL
29	VACANCES DE NADAL	30	VACANCES DE NADAL	31	VACANCES DE NADAL				