

MES: **Maig-26**MENÚ: **ESCOLA EL SOLERÀS****Dilluns****Dimarts****Dimecres****Dijous****Divendres**

<p>4</p> <p>Sopa d'au amb arròs integral Bacallà arrebossat Amanida d'enciam</p> <p>Fruita Pa</p> <p>520,4K Cal; 16Gr Grasa; 1,5Gr AGS; 78,2Gr HC; 14,8Gr Azucares; 14,3Gr Proteinas; 2,6Gr Sal.</p>	<p>5</p> <p>Tricolor de verdures Cuixa de pollastre al forn Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Fruita Pa Integral</p> <p>577K Cal; 16,9Gr Grasa; 1,6Gr AGS; 52,3Gr HC; 17,3Gr Azucares; 51,8Gr Proteinas; 6,4Gr Sal.</p>	<p>6</p> <p>Llenties eco guisades Trita de patata Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita Pa</p> <p>526,1K Cal; 9,8Gr Grasa; 1,9Gr AGS; 85,7Gr HC; 15,8Gr Azucares; 22,4Gr Proteinas; 2,3Gr Sal.</p>	<p>7</p> <p>Crema de carbassó amb formatge Fideuà de xampinyons i soja texturitzada</p> <p>logurt Pa</p> <p>518,2K Cal; 18Gr Grasa; 2,2Gr AGS; 69,7Gr HC; 3,9Gr Azucares; 19Gr Proteinas; 2,9Gr Sal.</p>	<p>8</p> <p>Cigrons eco estofats Lluç amb salsa verda amb pèsols</p> <p>Fruita Pa</p> <p>496,3K Cal; 9,1Gr Grasa; 1,4Gr AGS; 72,3Gr HC; 19,3Gr Azucares; 29,8Gr Proteinas; 4Gr Sal.</p>
<p>11</p> <p>Escudella catalana Carn magra a la riojana</p> <p>Fruita Pa</p> <p>548,8K Cal; 15,8Gr Grasa; 1,2Gr AGS; 69,1Gr HC; 17,9Gr Azucares; 29,7Gr Proteinas; 3,2Gr Sal.</p>	<p>12</p> <p>Mongeta blanca eco estofada Trita de carbassó Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Fruita Pa Integral</p> <p>545,2K Cal; 11,1Gr Grasa; 2Gr AGS; 80,7Gr HC; 17Gr Azucares; 24,3Gr Proteinas; 3,1Gr Sal.</p>	<p>13</p> <p>Mongeta verda a l'allet amb patata Cuixa de pollastre amb salsa de pastanaga</p> <p>Fruita Pa</p> <p>583,5K Cal; 14,2Gr Grasa; 2,3Gr AGS; 59,6Gr HC; 14,6Gr Azucares; 51,5Gr Proteinas; 5,6Gr Sal.</p>	<p>14</p> <p>Llenties estofades amb Arròs integral Pastís de patata amb verdures Amanida d'enciam</p> <p>Fruita Pa Integral</p> <p>598,9K Cal; 15,1Gr Grasa; 2Gr AGS; 93,4Gr HC; 16,7Gr Azucares; 20,4Gr Proteinas; 2,6Gr Sal.</p>	<p>15</p> <p>Macarrons eco napolitana Abadejo amb salsa de verdures Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>logurt Pa</p> <p>540K Cal; 17,1Gr Grasa; 3,4Gr AGS; 70,6Gr HC; 13,3Gr Azucares; 31,7Gr Proteinas; 3,1Gr Sal.</p>
<p>18</p> <p>Minestra de verdures Cuixa de pollastre amb patata Amanida de tomàquet i blat de moro</p> <p>Fruita Pa</p> <p>558,4K Cal; 9,6Gr Grasa; 2Gr AGS; 60,5Gr HC; 18,2Gr Azucares; 52,4Gr Proteinas; 5,9Gr Sal.</p>	<p>19</p> <p>Sopa d'au amb pasta Carn magra amb salsa caçadora</p> <p>Fruita Pa Integral</p> <p>548,8K Cal; 15,8Gr Grasa; 1,2Gr AGS; 69,1Gr HC; 17,9Gr Azucares; 29,7Gr Proteinas; 3,2Gr Sal.</p>	<p>20</p> <p>Arròs amb tomàquet Lluç amb salsa verda amb pèsols Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita Pa</p> <p>566,9K Cal; 9,9Gr Grasa; 1,6Gr AGS; 91,9Gr HC; 22,5Gr Azucares; 24,2Gr Proteinas; 3,9Gr Sal.</p>	<p>21</p> <p>Crema de carbassó amb formatge Espaguëtis integrals i eco amb bolonyesa vegetal (coles)</p> <p>logurt Pa Integral</p> <p>509,9K Cal; 11,3Gr Grasa; 4,1Gr AGS; 80,8Gr HC; 13,6Gr Azucares; 27,1Gr Proteinas; 3,6Gr Sal.</p>	<p>22</p> <p>Mongeta blanca eco estofada Trita de patata Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Fruita Pa</p> <p>546,8K Cal; 10,5Gr Grasa; 1,9Gr AGS; 83,3Gr HC; 17,2Gr Azucares; 23,2Gr Proteinas; 2,2Gr Sal.</p>
<p>25</p> <p>Espaguëtis integrals i eco a la napolitana Carn magra amb salsa agre dolça</p> <p>Fruita Pa</p> <p>639,5K Cal; 14,3Gr Grasa; 1,1Gr AGS; 95,9Gr HC; 22,7Gr Azucares; 28,6Gr Proteinas; 3,5Gr Sal.</p>	<p>26</p> <p>Arròs amb verdures Cuixa de pollastre al forn Amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Fruita Pa Integral</p> <p>639K Cal; 11,2Gr Grasa; 2Gr AGS; 80,1Gr HC; 14,3Gr Azucares; 52,2Gr Proteinas; 5,8Gr Sal.</p>	<p>27</p> <p>Cigrons eco estofats Salmó amb salsa pomodoro Amanida d'enciam</p> <p>Fruita Pa</p> <p>558,2K Cal; 12Gr Grasa; 1,8Gr AGS; 74,4Gr HC; 22Gr Azucares; 35,8Gr Proteinas; 4Gr Sal.</p>	<p>28</p> <p>Mongeta verda a l'allet amb patata Trita de formatge casolana Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita Pa Integral</p> <p>521,6K Cal; 19Gr Grasa; 4,5Gr AGS; 66Gr HC; 14,2Gr Azucares; 19,9Gr Proteinas; 2,8Gr Sal.</p>	<p>29</p> <p>Amanida de pasta Llenties eco guisades</p> <p>logurt Pa</p> <p>674,9K Cal; 20,9Gr Grasa; 4,6Gr AGS; 102,2Gr HC; 12,2Gr Azucares; 28,9Gr Proteinas; 3,8Gr Sal.</p>