

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

01

Crema de carbassó
Cuixetes de pollastre al forn amb pebrots
verds fregits
logurt/Pa
576,7Kcal - Prot:33,1g - Lip:25,9g - HC:49,6g
AGS:5,4g - Sucres:21,2g - Sal:1,6g

02

Mongetes verdes amb patata al vapor
Mandonguilles amb salsa
Fruita fresca/Pa
680,3Kcal - Prot:25,2g - Lip:33,1g - HC:64,3g
AGS:1,2g - Sucres:20,5g - Sal:1,1g

03

Amanida d'arròs
Cap de llom amb amanida d'enciam,
pastanaga i olives
Fruita fresca/Pa
725,4Kcal - Prot:38,0g - Lip:25,9g - HC:83,4g
AGS:7,8g - Sucres:23,4g - Sal:2,4g

04

Macarrons amb tomàquet
Filet de lluç arrebossat amb amanida
d'enciam, blat de moro i pastanaga
Fruita fresca/Pa
642,9Kcal - Prot:32,5g - Lip:21,4g - HC:75,9g
AGS:3,5g - Sucres:18,5g - Sal:2,5g

07

Arròs amb salsa de tomàquet
Croquetes de pernil amb amanida d'enciam,
blat de moro i pastanaga
Fruita fresca/Pa
607,1Kcal - Prot:11,1g - Lip:17,2g - HC:98,5g
AGS:2,7g - Sucres:23,4g - Sal:3,4g

08

Cigrons estofats
Contra cuixa de pollastre al forn amb
patates xips
logurt/Pa
774,9Kcal - Prot:40,5g - Lip:29,2g - HC:80,7g
AGS:6,2g - Sucres:18,0g - Sal:1,7g

09

Mongeta verda amb patata
Trita francesa amb amanida d'enciam,
tomàquet i olives
Fruita fresca/Pa
618,8Kcal - Prot:26,8g - Lip:22,2g - HC:74,3g
AGS:2,9g - Sucres:18,9g - Sal:2,0g

10

Coliflor gratinada amb beixamel i formatge
Hamburguesa de vedella amb amanida
d'enciam
Fruita fresca/Pa
667,5Kcal - Prot:27,8g - Lip:38,1g - HC:57,9g
AGS:17,3g - Sucres:31,5g - Sal:1,8g

11

Espaguetis a la napolitana
Salmó a la planxa amb amanida d'enciam, blat
de moro i olives
Fruita fresca/Pa
553,2Kcal - Prot:17,5g - Lip:20,5g - HC:67,7g
AGS:3,5g - Sucres:19,5g - Sal:3,5g

14

Fideuà de marisc
Trita de carbassó amb amanida d'enciam
Fruita fresca/Pa
476,3Kcal - Prot:24,6g - Lip:14,2g - HC:57,3g
AGS:2,1g - Sucres:20,0g - Sal:1,6g

15

Llenties amb patates i pastanaga
Salsitxes amb samfaina
Gelats/Pa
721,1Kcal - Prot:30,5g - Lip:31,9g - HC:72,4g
AGS:7,9g - Sucres:23,5g - Sal:3,9g

16

Ensaladilla russa
Pollastre al forn amb amanida d'enciam, blat
de moro i olives
Fruita fresca/Pa
687,6Kcal - Prot:35,8g - Lip:36,2g - HC:51,0g
AGS:7,2g - Sucres:18,1g - Sal:2,5g

17

Mongetes tendres amb patates al vapor
Rodó de vedella amb salsa i xampinyons
Fruita fresca/Pa
633,8Kcal - Prot:24,4g - Lip:23,7g - HC:78,4g
AGS:9,7g - Sucres:23,3g - Sal:2,4g

18

Arròs amb tomàquet
Lluç a l'andalusa amb amanida d'enciam,
tomàquet i pastanaga
Fruita fresca/Pa
598,9Kcal - Prot:16,8g - Lip:17,9g - HC:87,0g
AGS:2,8g - Sucres:19,0g - Sal:1,9g

21

Llenties estofades
Trita francesa amb amanida d'enciam,
tomàquet i blat de moro
Fruita fresca/Pa
719,1Kcal - Prot:30,0g - Lip:23,7g - HC:89,4g
AGS:5,9g - Sucres:26,4g - Sal:3,6g

22

**DINAR
FI DE CURS**

23

**BONES
VACANCES!!!**

24



25

28

29

30