

DILLUNS
DIMARTS
DIMECRES
DIJOUS
DIVENDRES
01
FESTIU
02

Sopa de peix amb arròs
Filet de gall dindi en salsa amb patata
panadera
Pa blanc/integral i Fruita fresca
598,4Kcal - Prot:40,3g - Lip:13,9g - HC:74,8g
AGS:3,3g - Sucres:16,2g - Sal:1,3g

03

Bròquil amb patata
Botifarra a la planxa amb mongetes
blanques saltejades amb all i julivert
Pa blanc/integral i Fruita fresca
614,5Kcal - Prot:27,2g - Lip:33,0g - HC:49,5g
AGS:9,8g - Sucres:22,8g - Sal:3,9g

04

Espirals gratinats amb tomàquet i formatge
Seitons arrebossats amb enciam i olives
Pa blanc/integral i Fruita fresca
643,2Kcal - Prot:23,6g - Lip:27,7g - HC:70,5g
AGS:5,0g - Sucres:19,8g - Sal:3,3g

07

Llenties amb carbassa
Truita de patata i ceba amb rodes de
tomàquet i olives negres
Pa blanc/integral i Fruita fresca
620,2Kcal - Prot:34,5g - Lip:13,5g - HC:86,9g
AGS:2,5g - Sucres:16,4g - Sal:1,7g

08

Arròs caldós amb verdures
Contraçuixa de pollastre a la planxa amb
enciam i olives
Pa blanc/integral i logurt natural
666,5Kcal - Prot:24,6g - Lip:19,5g - HC:89,8g
AGS:2,7g - Sucres:15,8g - Sal:2,5g

09

Coliflor gratinada amb beixamel
Cigrons amb pastanaga i patates
Pa blanc/integral i Fruita fresca
587,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:13,1g - HC:88,7g
AGS:2,0g - Sucres:16,8g - Sal:1,7g

10

Macarrons amb tomàquet
Lluç a l'andalusa amb enciam i blat de moro
Pa blanc/integral i Fruita fresca
589,9Kcal - Prot:26,9g - Lip:14,9g - HC:83,4g
AGS:3,6g - Sucres:20,9g - Sal:1,8g

11

Crema de carbassó amb ceba cruixent
Mandonguilles a la jardineria
Pa blanc/integral i Fruita fresca
603,6Kcal - Prot:23,8g - Lip:32,1g - HC:49,9g
AGS:1,0g - Sucres:18,5g - Sal:1,0g

14

Crema de verdures de temporada
Espaguetis a la milanesa vegana (salsa de
tomàquet i soja texturitzada)
Pa blanc/integral i Fruita fresca
619,9Kcal - Prot:33,5g - Lip:22,6g - HC:68,2g
AGS:5,7g - Sucres:14,7g - Sal:1,9g

15

Sopa de verdures amb cigrons
Hamburguesa mixta a la planxa amb
enciam i pastanaga
Pa blanc/integral i logurt natural
607,6Kcal - Prot:21,1g - Lip:16,6g - HC:88,6g
AGS:5,9g - Sucres:20,9g - Sal:1,5g

16

Mongeta verda amb patata al vapor
Pit de pollastre al forn amb enciam mesclum,
blat de moro i olives verdes
Pa blanc/integral i Fruita fresca
584,9Kcal - Prot:39,7g - Lip:18,5g - HC:60,1g
AGS:3,2g - Sucres:16,1g - Sal:1,9g

17

Arròs tres delícies
Gall de Sant Pere amb patata, tomàquet i
ceba
Pa blanc/integral i Fruita fresca
619,4Kcal - Prot:26,8g - Lip:20,5g - HC:72,5g
AGS:4,6g - Sucres:25,7g - Sal:2,0g

18

Pèsols saltejats amb patata i pernil salat
Truita de carbassó amb enciam i pastanaga
Pa blanc/integral i Fruita fresca
575,4Kcal - Prot:30,0g - Lip:24,3g - HC:53,2g
AGS:2,2g - Sucres:19,8g - Sal:1,3g

21

Paella de verdures
Truita de tonyina amb enciam i tomàquet
Pa blanc/integral i Fruita fresca
633,3Kcal - Prot:23,1g - Lip:20,5g - HC:79,5g
AGS:2,7g - Sucres:19,0g - Sal:0,9g

22

DIA MUNDIAL DE L'INFANT
Crema de carbassó amb crostonets de pa
Pernilets de pollastre a les herbes provençals
amb puré de patata
Pa blanc/integral i Flam amb engrunes de
galeta Maria

23

Llenties amb verdures
Salsitxes a la planxa amb enciam i pastanaga
Pa blanc/integral i Fruita fresca
654,8Kcal - Prot:21,3g - Lip:28,3g - HC:75,7g
AGS:7,6g - Sucres:19,6g - Sal:3,3g

24

Espirals napolitana
Verat al forn amb enciam i olives
Pa blanc/integral i Fruita fresca
560,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g
AGS:4,0g - Sucres:20,5g - Sal:1,8g

25

Bròquil saltejat amb patata
Hummus amb natxos i cruditès
Pa blanc/integral i Fruita fresca
568,9Kcal - Prot:23,7g - Lip:10,4g - HC:86,4g
AGS:3,6g - Sucres:16,9g - Sal:2,3g

28

Tallarines al pesto
Hamburguesa vegetal a la planxa amb enciam
i tomàquet
Pa blanc/integral i Fruita fresca
698,6Kcal - Prot:35,3g - Lip:24,6g - HC:78,7g
AGS:2,6g - Sucres:16,0g - Sal:1,4g

29

Verdures en tempura
Arròs al forn (amb magra i botifarra)
Pa blanc/integral i logurt natural
771,9Kcal - Prot:19,3g - Lip:30,7g - HC:99,4g
AGS:4,2g - Sucres:20,7g - Sal:1,6g

30

Mongetes blanques amb patates
Truita francesa amb enciam i blat de moro
Pa blanc/integral i Fruita fresca
631,5Kcal - Prot:28,5g - Lip:21,3g - HC:72,9g
AGS:3,2g - Sucres:16,0g - Sal:2,4g