

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

4 1.161 Kcal 49,59 Gr 0,00 AGS 43,69 Prot 131,34 HC

Llenties amb arròs
Nuggets de bròquil(a elecció) 1T-2T-3T
Nuggets de pollastre(a elecció)
1T-2T-3T-4T-5T-6T-8T-9T-10T-12T

Enciam i blat de moro

Pa integral 1T-8T

Fruita

11 1.063 Kcal 39,97 Gr 0,00 AGS 29,74 Prot 141,40 HC

Llaços amb pesto 1T-3T-9T

Truita de patates 3T

Enciam i llavors de gira-sol 9T

Pa integral 1T-8T

Fruita

18 523 Kcal 15,54 Gr 0,00 AGS 28,73 Prot 63,90 HC

Crema de carbassó

Filet de lluç al forn amb all i julivert 4T

Enciam i blat de moro

Pa integral 1T-8T

Fruita

25 777 Kcal 33,55 Gr 0,00 AGS 20,50 Prot 91,29 HC

Bledes amb patates saltejades amb all

Croquetes de bacallà

1T-2T-3T-4T-5T-6T-8T-10T-11T

Enciam i blat de moro

Pa integral 1T-8T

logurt natural 2T

5 612 Kcal 14,02 Gr 0,00 AGS 32,97 Prot 90,93 HC

Bròquil amb patates
Estofat de porc amb verdures

Pa integral 1-8

Fruita

12 974 Kcal 43,50 Gr 0,00 AGS 34,85 Prot 113,78 HC

Cigrons estofats amb espinacs

Hamburguesa de coliflor i formatge

1-2-3-12

Enciam i olives negres

Pa integral 1-8

logurt natural 2

19 722 Kcal 18,72 Gr 0,00 AGS 16,92 Prot 139,05 HC

Arròs amb tomàquet

Truita francesa 3

Enciam i olives negres

Pa integral 1-8

Fruita

26 839 Kcal 42,58 Gr 0,00 AGS 38,94 Prot 69,72 HC

Crema de porros i cigrons 13

Hamburguesa de vedella i porc a la

planxa 8-13

Enciam i olives negres

Pa integral 1-8

Fruita

6 571 Kcal 17,33 Gr 0,00 AGS 31,95Prot 68,77 HC

Sopa d'au amb pasta 1-3T-10
Filet de lluç al forn amb all i julivert 4

Enciam i olives negres

Pa integral 1-8

Natilla de vainilla 2-3-13

13 709 Kcal 18,29 Gr 0,00 AGS 31,52Prot 119,70 HC

Arròs amb verdures i tomàquet

Pollastre al forn a les fines herbes

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-8

Fruita

20 1.254 Kcal 56,13 Gr 0,00 AGS 34,10Prot 146,74 HC

Llenties estofades amb verdures

Croquetes de espinacs (a elecció)

1-2-3T-4T-5T-6T-8T-10T-11T

Croquetes de bacallà(a elecció)

1-2-3T-4-5T-6T-8T-10T-11T

Enciam i llavors de gira-sol 9

Pa integral 1-8

Fruita

27 806 Kcal 25,94 Gr 0,00 AGS 26,18Prot 118,42 HC

Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de

moro i pèsols) 8-13

Ous al forn amb patates i tomàquet 3

Pa integral 1-8

Fruita

7 698 Kcal 16,42Gr 0,00 AGS 17,10 Prot 135,27 HC

Arròs amb xampinyons i tomàquet
Truita francesa 3

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-8

Fruita

14 802 Kcal 34,43Gr 0,00 AGS 32,75 Prot 95,00 HC

Crema de pastanaga amb crostons

1-2T-8T-9T-12T

Fish and chips 1-2-3-4-8T-12T-13

Pa integral 1-8

Kiwi

21 578 Kcal 11,02Gr 0,00 AGS 32,07 Prot 91,63 HC

Coliflor amb patates

Gall d'indi estofat amb verdures

Pa integral 1-8

Fruita

28 951 Kcal 24,43Gr 0,00 AGS 56,26 Prot 143,96 HC

Macarrons amb tomàquet i formatge

ratllat 1-2-3T

Pollastre arrebossat 1-2-3-8T-12T-13

Enciam i llavors de carbassa 9

Pa integral 1-8

Fruita

1 751 Kcal 18,43 Gr 0,00 AGS 40,44Prot 111,93HC

Fideuà de peix i marisc 1-2T-3T-4-5-6-8

Aletes de pollastre al forn

Enciam i tomàquet

Pa integral 1-8

Fruita

8 572 Kcal 14,63 Gr 0,00 AGS 42,03Prot 64,41HC

Crema de espinacs amb formatge 2

Pit de pollastre a la planxa

Enciam i llavors de carbassa 9

Pa integral 1-8

Fruita

15 664 Kcal 28,22 Gr 0,00 AGS 25,55Prot 72,04HC

Mongetes verdes, patates i pastanaga

Botifarra de porc 8T-13

Enciam

Pa integral 1-8

Fruita

22 631 Kcal 22,14 Gr 0,00 AGS 40,26Prot 88,29HC

Sopa de peix amb pasta

1-2-3T-4-5-6T-10-13-61T

Rodó de vedella al forn amb xampinyons

Enciam(opcional)

Pa integral 1-8

logurt natural 2

29 643 Kcal 17,10 Gr 0,00 AGS 39,72Prot 78,98HC

Mongetes seques estofades

Filet de lluç meunière 4-13

Enciam i olives negres

Pa integral 1-8

Fruita

ALÈRGENOS (T-Trazas): 1-Gluten 2-Llet i derivats(inclou lactosa) 3-Ou 4-Peix 5-Crustacis 6-Mol·luscs 8-Soja 9-Fruits Secs 10-Api 11-Mostassa 12-Sèsam 13-Sulfits 14-Tramussos 61-Calamar

LA CUINA ES RESERVA EL DRET A FER UN CANVI A ÚLTIM MOMENT, AVISANT PER E-MAIL ALS CENTRES.
EN COMPLIMENT AL REGLAMENT NÚM. 1169/2011 (UE) SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, LA VOSTRA CUINA DISPOSA DE LA INFORMACIÓ SOBRE ELS AL·LÈRGENS DELS ALIMENTS QUE COMPONEN ELS MENÚS QUE S'ELABOREN.
PLAT CALENT: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ > o = 63°C. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < o = 8°C. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.