

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

4 467 Kcal 22,22 Gr 0,00 AGS 19,60 Prot 57,23 HC
Llenties amb arròs

Finguers de pollastre (sense gluten, ou i llet) 13T
Enciam i blat de moro
Pa integral 1T-8T
Fruita

11 488 Kcal 16,03 Gr 0,00 AGS 14,56 Prot 69,47 HC
Llaços amb pesto(sense formatge)
1T-3T-9T

Truita de patates 3T
Enciam i llavors de gira-sol 9T
Pa integral 1T-8T
Fruita

18 241 Kcal 5,94 Gr 0,00 AGS 13,96 Prot 32,80 HC
Crema de carbassó

Filet de lluç al forn amb all i julivert 4T

Enciam i blat de moro
Pa integral 1T-8T
Fruita

25 291 Kcal 19,91 Gr 0,00 AGS 43,58 Prot 42,09 HC
Bledes amb patates saltejades amb all

Gall d'indi a la planxa

Carbassó rostit
Pa integral 1T-8T
logurt de soja 8T

5 306 Kcal 7,01 Gr 0,00 AGS 16,49 Prot 45,47 HC
Bròquil amb patates

Estofat de porc amb verdures

Pa integral 1-8
Fruita

12 415 Kcal 28,39 Gr 0,00 AGS 44,91 Prot 56,14 HC
Cigrons estofats amb espinacs

Salmó al forn 4-13T
Tomàquet al forn
Pa integral 1-8
logurt de soja 8

19 437 Kcal 19,58 Gr 0,00 AGS 8,00 Prot 65,94 HC
Arròs amb tomàquet

Truita francesa 3

Enciam i olives negres
Pa integral 1-8
Fruita

26 408 Kcal 20,69 Gr 0,00 AGS 19,07 Prot 35,11 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

6 250 Kcal 5,08 Gr 0,00 AGS 15,56 Prot 34,23 HC
Sopa d'au amb pasta sense gluten i ou 10
Filet de lluç al forn amb all i julivert 4

Enciam i olives negres
Pa integral 1-8
natilla de vainilla de soja 8-13

13 351 Kcal 9,03 Gr 0,00 AGS 15,67 Prot 59,64 HC
Arròs amb verdures i tomàquet

Pollastre al forn a les fines herbes
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral 1-8
Fruita

20 474 Kcal 23,09 Gr 0,00 AGS 20,25 Prot 56,21 HC
Llenties estofades amb verdures

Finguers de pollastre (sense gluten, ou i llet) 13
Enciam i llavors de gira-sol 9
Pa integral 1-8
Fruita

27 399 Kcal 12,95 Gr 0,00 AGS 12,99 Prot 58,48 HC
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)(sense salsa soja)
Ous al forn amb patates i tomàquet 3

Pa integral 1-8
Fruita

7 420 Kcal 17,84 Gr 0,00 AGS 8,10 Prot 64,05 HC
Arròs amb xampinyons i tomàquet

Truita francesa 3

Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral 1-8
Fruita

14 316 Kcal 11,03 Gr 0,00 AGS 15,47 Prot 37,94 HC
Crema de pastanaga

Filet de halibut al forn 4
Patates xips
Pa integral 1-8
Kiwi

21 289 Kcal 5,51 Gr 0,00 AGS 16,04 Prot 45,82 HC
Coliflor amb patates

Gall d'indi estofat amb verdures

Pa integral 1-8
Fruita

28 363 Kcal 7,69 Gr 0,00 AGS 18,71 Prot 64,51 HC
Macarrons amb tomàquet 1-3T

Abadejo al forn 4

Xampinyons
Pa integral 1-8
Fruita

1 393 Kcal 9,03 Gr 0,00 AGS 22,40 Prot 65,12 HC

Macarrons amb tomàquet 1-3T
Pernilets de pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Pa integral 1-8
Fruita

8 276 Kcal 6,80 Gr 0,00 AGS 20,47 Prot 32,91 HC
Crema de espinacs

Pit de pollastre a la planxa

Enciam i llavors de carbassa 9
Pa integral 1-8
Fruita

15 331 Kcal 13,93 Gr 0,00 AGS 12,77 Prot 36,64 HC
Mongetes verdes, patates i pastanaga

Botifarra de porc 8T-13
Enciam
Pa integral 1-8
Fruita

22 313 Kcal 21,06 Gr 0,00 AGS 44,83 Prot 56,50 HC
Sopa de peix amb pasta sense gluten i ou 4-13

Rodó de vedella al forn amb xampinyons
Enciam(opcional)
Pa integral 1-8
logurt de soja 8

29

ALÈRGENOS (T-Trazas): 1-Gluten 2-Llet i derivats(inclosa 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.