

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

01

FELIÇ ANY NOU!!!

04

05

06

07

08

11

Arròs a la cassola amb pollastre  
Truita d'espínacs  
amb enciam i tomàquet  
Flam de vainilla  
698,0Kcal - Prot:21,2g - Lip:20,7g - HC:106,3g  
AGS:4,3g - Sucres:22,4g - Sal:1,4g

12

Crema de verdures (mongeta, patata,  
pastanaga i, pèsol i carbassa)  
Croquetes de l'avia  
amb enciam pastanaga i olives  
Fruita  
526,1Kcal - Prot:17,4g - Lip:22,1g - HC:61,6g  
AGS:4,1g - Sucres:21,4g - Sal:2,1g

13

Llenties amb verdures  
Salsitxes de porc al forn  
amb enciam i blat de moro  
Fruita  
725,4Kcal - Prot:31,2g - Lip:30,3g - HC:75,9g  
AGS:8,5g - Sucres:21,6g - Sal:3,7g

14

Patates guisades amb verdures  
Rodó de gall dindi rostit  
amb enciam i pastanaga  
Fruita  
669,3Kcal - Prot:22,4g - Lip:22,8g - HC:85,0g  
AGS:6,3g - Sucres:26,4g - Sal:4,3g

15

Espirals amb tomàquet i verdures  
Lluç al forn  
amb carbassó  
Fruita  
542,5Kcal - Prot:26,6g - Lip:10,9g - HC:80,8g  
AGS:1,8g - Sucres:20,5g - Sal:1,8g

18

Arròs amb tomàquet  
Estofat d'au  
amb enciam, blat de moro i olives  
logurt  
746,6Kcal - Prot:34,3g - Lip:24,2g - HC:94,9g  
AGS:6,8g - Sucres:26,9g - Sal:2,4g

19

Sopa de brou amb pasta  
San jacobos  
amb enciam i pastanaga  
Fruita  
641,5Kcal - Prot:14,9g - Lip:24,3g - HC:86,0g  
AGS:4,2g - Sucres:26,2g - Sal:4,6g

20

Mongeta verda amb patates  
Hamburguesa vedella planxa  
amb xampinyons  
Fruita  
612,0Kcal - Prot:20,1g - Lip:27,9g - HC:70,8g  
AGS:12,1g - Sucres:26,2g - Sal:1,4g

21

Cigrons estofats  
Truita de carbassó  
amb enciam i olives  
Fruita  
658,2Kcal - Prot:21,0g - Lip:21,6g - HC:86,4g  
AGS:2,9g - Sucres:19,8g - Sal:1,9g

22

Fideuà  
Abadejo salsa verda  
Amb enciam i soja  
Fruita  
586,4Kcal - Prot:32,6g - Lip:12,4g - HC:81,2g  
AGS:2,1g - Sucres:19,6g - Sal:2,0g

25

Canelons gratinats  
Filet de rosada al forn  
amb enciam i pastanaga  
logurt  
649,8Kcal - Prot:34,7g - Lip:28,1g - HC:62,4g  
AGS:9,5g - Sucres:27,3g - Sal:3,5g

26

Purrusalda (Patata, porro i bacallà  
desmigat)  
Llom adobat al forn  
amb amanida de tomàquet  
Fruita  
529,4Kcal - Prot:24,3g - Lip:12,7g - HC:74,9g  
AGS:2,7g - Sucres:19,7g - Sal:4,1g

27

Mongetes blanques estofades  
Contraçuixa pollastre planxa  
Amb amanida de cogombre i remolatxa  
Fruita  
602,9Kcal - Prot:39,9g - Lip:13,6g - HC:71,2g  
AGS:2,5g - Sucres:19,0g - Sal:1,8g

28

Arròs marinera  
Truita de patates  
amb enciam, tonyina i api  
Fruita  
756,9Kcal - Prot:23,4g - Lip:26,6g - HC:100,9g  
AGS:5,1g - Sucres:18,6g - Sal:3,8g

29

Crema pastanaga  
Llenties amb sofregit de tomàquet, ceba i  
verduretets  
enciam i blat de moro  
Fruita  
491,3Kcal - Prot:15,8g - Lip:10,4g - HC:75,4g  
AGS:1,7g - Sucres:27,4g - Sal:3,3g