

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1 Crema de pastanaga
Truita francesa
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita variada i Pa

2 Patata xafada amb bròquil
Llenties estofades amb verdures
Fruita variada i Pa

3 Macarrons amb sofregit de tomàquet i formatge ratllat
Lluç al forn amb poma
Amanida d'enciam i remolatxa
logurt i Pa

4 Arròs amb bolets, ceba i formatge
Pollastre rostit
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada i Pa

Kcal: 467 Lip: 16,18 Prot: 12,12 HC: 69,18

Kcal: 679 Lip: 12,84 Prot: 27,24 HC: 116,16

Kcal: 666 Lip: 25,92 Prot: 29,85 HC: 78,14

Kcal: 726 Lip: 23,60 Prot: 38,64 HC: 92,54

7 Cuscús amb verdures de temporada
Truita de patates casolana
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada i Pa

8 Sopa d'au amb pistons
Hamburguesa de vedella
Daus de pastanaga
Fruita variada i Pa

9 Verdura tricolor (espinacs, pastanaga i patata)
Paella mar i muntanya
Fruita variada i Pa

10 Cigrons estofats amb verdures
Bacallà amb poma i ceba al forn
Amanida d'enciam i remolatxa
logurt i Pa

11 Crema de porros
Pollastre a la llimona
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada i Pa

Kcal: 730 Lip: 22,71 Prot: 23,09 HC: 106,51

Kcal: 618 Lip: 25,64 Prot: 27,68 HC: 69,52

Kcal: 636 Lip: 12,70 Prot: 22,30 HC: 112,63

Kcal: 698 Lip: 24,95 Prot: 39,64 HC: 74,27

Kcal: 804 Lip: 40,54 Prot: 33,27 HC: 75,33

14 Espaguetis amb salsa de bolets
Truita de carabassó
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita variada i Pa

15 Coliflor amb patata al graten
Estofat de gall d'indi a la jardinera
Fruita variada i Pa

16 Arròs amb tomàquet
Cues de rap a la marinera
Fruita variada i Pa

17 Crema de carabassa
Pernilets de pollastre amb cítrics
Amanida d'enciam i olives
logurt i Pa

18 Verdura tricolor (carabassó, pastanaga i patata)
Mongetes blanques amb botifarra esparracada
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada i Pa

Kcal: 660 Lip: 20,54 Prot: 17,77 HC: 99,00

Kcal: 692 Lip: 22,66 Prot: 32,80 HC: 90,85

Kcal: 628 Lip: 14,89 Prot: 28,69 HC: 98,81

Kcal: 604 Lip: 28,21 Prot: 38,73 HC: 49,52

Kcal: 628 Lip: 26,23 Prot: 19,36 HC: 80,55

21 Espirals amb salsa d'espinacs
Truita de formatge
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada i Pa

22 Mongeta verda amb patata
Llenties estofades amb verdures
Fruita variada i Pa

23 TASTET: COOKIES DE CIGRONS
Crema de carabassó
Pollastre arrebossat casolà
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada i Pa

24 Arròs amb verdures
Lluç amb salsa de verdures
Amanida d'enciam i remolatxa
logurt i Pa

25 Cigrons estofats amb verdures
Estofat de carn magra a la jardinera
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita variada i Pa

Kcal: 686 Lip: 27,13 Prot: 23,84 HC: 86,05

Kcal: 634 Lip: 12,75 Prot: 23,94 HC: 110,61

Kcal: 1.216 Lip: 65,02 Prot: 40,75 HC: 121,78

Kcal: 685 Lip: 22,08 Prot: 27,71 HC: 97,38

Kcal: 765 Lip: 24,93 Prot: 37,40 HC: 95,32

28 Macarrons amb sofregit de tomàquet i orenga
Truita francesa
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita variada i Pa

29 Trinxat de col i patata
Fricandó de vedella a la jardinera
Fruita variada i Pa

30 Crema de verdures
Pollastre rostit
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita variada i Pa

31 Mongetes pintes estofades amb verdures
Croquetes de bacallà
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt i Pa

Kcal: 600 Lip: 18,36 Prot: 16,54 HC: 91,82

Kcal: 558 Lip: 17,76 Prot: 30,61 HC: 71,28

Kcal: 555 Lip: 19,49 Prot: 35,58 HC: 61,27

Kcal: 741 Lip: 31,07 Prot: 24,51 HC: 84,31



FRUITA VARIADA i de TEMPORADA

MENÚ ELABORAT PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA: Haidée Robert Gadella CAT001628

EN COMPLIMENT DEL REGLAMENT (UE) n° 1169/2011 SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, EL CENTRE TÉ DISPONIBLE PER A LA CONSULTA LA INFORMACIÓ RELATIVA A LA PRESENTACIÓ D'AL·LÈRGENS DE TOTS ELS PRODUCTES QUE ES SERVEIXEN EN ELS NOSTRES MENÚS.