

## Dilluns

**2** 898 Kcal 31,54 Gr 0,00 AGS 22,78 Prot 149,10 HC

Macarrons amb tomàquet 1T-3T  
 Bunyols de bacallà  
 1T-2T-3T-4T-5T-6T-8T-9T-10T-11T-13T  
 Bastonets de pastanaga  
 Pa integral 1T-8T  
 Fruita

**9** 517 Kcal 22,69 Gr 0,00 AGS 33,40 Prot 44,11 HC

Crema de espinacs amb formatge 2T-3T

Filet de llenguadina arrebossada  
 1T-2T-3T-4T-8T-12T-13T

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

**16** 515 Kcal 12,97 Gr 0,00 AGS 30,07 Prot 82,30 HC

Arròs integral amb tomàquet

Filet de lluç meunière 4T-13T

Enciam i pastanaga ratllada  
 Pa integral 1T-8T  
 Fruita

**23** 893 Kcal 52,50 Gr 0,00 AGS 36,94 Prot 68,85 HC

Llenties estofades amb verdures 8T  
 Truita francesa amb tonyina 3T-4T

Enciam i pastanaga ratllada  
 Pa integral 1T-8T  
 logurt natural 2T

**30** 509 Kcal 12,32 Gr 0,00 AGS 30,85 Prot 81,78 HC

Arròs amb xampinyons i tomàquet

Filet de lluç al forn amb all i julivert 4T  
 Enciam i llavors de gira-sol 9T  
 Pa integral 1T-8T  
 Fruita

## Dimarts

**3** 549 Kcal 26,98 Gr 0,00 AGS 36,13 Prot 38,89 HC

Crema de carbassó  
 Hamburguesa de vedella a la planxa  
 8-13  
 Enciam i olives negres  
 Pa integral 1-8  
 Fruita

**10** 502 Kcal 15,51 Gr 0,00 AGS 11,27 Prot 75,81 HC

Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) 8-13  
 Truita de patates 3

Enciam i olives negres  
 Pa integral 1-8  
 Fruita

**17** 799 Kcal 40,77 Gr 0,00 AGS 25,47 Prot 81,47 HC

Cigrons estofats amb verdures

Nuguets de bròquil 1-2-3-13

Enciam i tomàquet  
 Pa integral 1-8  
 Fruita

**24** 568 Kcal 17,94 Gr 0,00 AGS 34,25 Prot 80,74 HC

Arròs amb verdures i tomàquet  
 Caçó al forn 4-5T-6T

Pebrot vermell i verd saltejats  
 Pa integral 1-8  
 Fruita

**31** 1.015 Kcal 51,99 Gr 0,00 AGS 59,55 Prot 84,91 HC

Crema de pastanaga, carbassa i boniato  
 Pollastre al forn amb castanyes  
 Patates xips  
 Pa integral 1-8  
 Natilla de vainilla 2-3-13

## Dimecres

**4** 695 Kcal 27,62 Gr 0,00 AGS 35,12 Prot 94,25 HC

Arròs amb tomàquet  
 Filet de lluç al forn amb all i julivert 4

Patates xips  
 Pa integral 1-8  
 logurt natural 2

**11** 763 Kcal 23,04 Gr 0,00 AGS 40,18 Prot 101,96 HC

Pasta amb salsa de carbassa 1-3T

Botifarra de pollastre 8-13

Enciam i pastanaga ratllada  
 Pa integral 1-8  
 logurt natural 2

**18** 1.034 Kcal 39,37 Gr 0,00 AGS 68,04 Prot 116,39 HC

Espaguetis amb tomàquet i formatge ratllat 1-2-3  
 Pollastre al forn

Enciam i llavors de gira-sol 9  
 Pa integral 1-8  
 Fruita

**25** 708 Kcal 15,42 Gr 0,00 AGS 25,20 Prot 130,94 HC

Macarrons amb tomàquet 1-3T  
 Hamburguesa de cigrons i pollastre 8-13

Enciam i blat de moro  
 Pa integral 1-8  
 Fruita

## Dijous

**5** 694 Kcal 37,66 Gr 0,00 AGS 29,36 Prot 56,18 HC

Mongetes seques estofades  
 Truita francesa amb formatge 2-3

Enciam i blat de moro  
 Pa integral 1-8  
 Fruita

**12**

Crema de pastanaga

Truita de carbassó i patata 3

Enciam i olives negres  
 Pa integral 1-8  
 Fruita

**19** 407 Kcal 15,23 Gr 0,00 AGS 10,46 Prot 52,95 HC

Crema de pastanaga

Truita de carbassó i patata 3

Enciam i olives negres  
 Pa integral 1-8  
 Fruita

**26** 424 Kcal 13,17 Gr 0,00 AGS 30,55 Prot 56,29 HC

Bròquil amb patates  
 Gall d'indi estofat amb pastanaga, pèsols i xampinyons

Pa integral 1-8  
 Fruita

## Divendres

**6** 769 Kcal 38,66 Gr 0,00 AGS 57,89 Prot 52,21 HC

Coliflor amb patates  
 Pollastre al forn amb salsa d'ametles  
 7T-9

Enciam  
 Pa integral 1-8  
 Fruita

**13** 694 Kcal 36,73 Gr 0,00 AGS 37,33 Prot 46,84 HC

Mongetes verdes, patates i pastanaga

Pollastre al curri amb daus de poma  
 2-10-11

Enciam  
 Pa integral 1-8  
 Fruita

**20** 583 Kcal 23,11 Gr 0,00 AGS 38,58 Prot 59,45 HC

Pèsols amb patates

Rodó de vedella al forn amb xampinyons

Pa integral 1-8  
 logurt natural 2

**27** 429 Kcal 18,59 Gr 0,00 AGS 24,30 Prot 53,56 HC

Crema de porros  
 Bacallà amb ratatouille 1-4-13T

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 7-Cacauet 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.