

Dilluns

8 684 Kcal 26,26 Gr 0,00 AGS 20,89 Prot 84,09 HC
Crema de carbassó

Truita de patates **3T**

Enciam i olives negres
Pa integral **1T-8T**
logurt natural **2T**

15 1.132 Kcal 42,56 Gr 0,00 AGS 36,33 Prot 151,75 HC
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) **8T-13T**

Ous al forn amb patates i tomàquet(a elecció) **3T**

Truita de patates(a elecció) **3T**
Enciam
Pa integral **1T-8T**
Fruita

22 956 Kcal 51,73 Gr 0,00 AGS 24,05 Prot 94,27 HC
Crema de carbassa i mongeta seca **13T**

Hamburguesa de coliflor i formatge **1T-2T-3T-12T**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1T-8T**
Fruita

29 856 Kcal 20,48 Gr 0,00 AGS 46,19 Prot 119,78 HC
Espaguetis amb salsa de carbassa **1T-3T**

Filet de lluç enfarinat **1T-4T**
Enciam i olives negres
Pa integral **1T-8T**
logurt natural **2T**

Dimarts

9 700 Kcal 18,01 Gr 0,00 AGS 32,62 Prot 116,66 HC
Arròs amb tomàquet

Filet de lluç a l'andalusa amb all i julivert **1-4**
Enciam i blat de moro
Pa integral **1-8**
Fruita

16 939 Kcal 34,59 Gr 0,00 AGS 29,30 Prot 126,12 HC
Llenties estofades amb verdures **8T-11T**

Croquetes de bacallà **1-2-3T-4-5T-6T-8T**

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

23 711 Kcal 19,30 Gr 0,00 AGS 35,89 Prot 112,92 HC
Arròs amb tomàquet

Salsitxes de pollastre a la planxa **8T-13**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-8**
Fruita

30 1.036 Kcal 43,03 Gr 0,00 AGS 35,73 Prot 126,78 HC
Llenties amb arròs **8T-11T**

Nuguets de bròquil **1-2-3-13**
Enciam i blat de moro
Pa integral **1-8**
Fruita

Dimecres

10 990 Kcal 41,84 Gr 0,00 AGS 54,73 Prot 89,93 HC
Mongetes seques estofades amb verdures

Salmó al forn **4-13T**

Ceba caramelitzada
Pa integral **1-8**
Fruita

17 698 Kcal 16,69 Gr 0,00 AGS 20,74 Prot 127,81 HC
Bròquil amb patates

Mandonguilles de cigrons i pollastre amb salsa de tomàquet **1-8-13**

Pa integral **1-8**
Fruita

24 789 Kcal 26,02 Gr 0,00 AGS 39,71 Prot 114,08 HC
Cigrons estofats amb verdures

Bacallà amb samfaina **1-4-13T**
Enciam
Pa integral **1-8**
Fruita

31 744 Kcal 37,47 Gr 0,00 AGS 32,01 Prot 70,54 HC
Coliflor amb patates

Abadejo a la llauna **4**
Xampinyons
Pa integral **1-8**
Fruita

Dijous

11 687 Kcal 21,58 Gr 0,00 AGS 37,77 Prot 90,90 HC
Mongetes verdes, patates i pastanaga

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

18 718 Kcal 28,20 Gr 0,00 AGS 39,65 Prot 70,77 HC
Pèsols amb patates saltejats amb all

Filet de lluç arrebossat **1-2-3-4-8T-12T-13**

Enciam i olives negres
Pa integral **1-8**
logurt natural **2**

25 944 Kcal 37,43 Gr 0,00 AGS 61,60 Prot 85,15 HC
Trinxat de col amb patata

Aletes de pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Pa integral **1-8**
natilla de xocolata **2-3T-13**

Divendres

12 1.079 Kcal 51,42 Gr 0,00 AGS 48,43 Prot 120,59 HC
Sopa de peix amb pasta **1-2-3T-4-5-6T-10-13-61T**

Pollastre al curri amb poma **2-10-11**

Patata a daus
Pa integral **1-8**
Fruita

19 697 Kcal 16,42 Gr 0,00 AGS 36,61 Prot 108,27 HC
Cuscús amb verdures **1-8T-11T**

Gall d'indi estofat amb verdures

Pa integral **1-8**
Fruita

26 604 Kcal 13,42 Gr 0,00 AGS 17,91 Prot 98,29 HC
Sopa de verdures amb pasta **1-3T**

Truita de carbassó i patata **3**
Enciam i llavors de gira-sol **9**
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.