

## Dilluns

## Dimarts

## Dimecres

## Dijous

## Divendres

**4** 926 Kcal 34,14 Gr 0,00 AGS 34,80 Prot 119,97 HC

Llenties amb arròs  
Nuguets de bròquil 1T-2T-3T  
Enciam i blat de moro  
Pa integral 1T-8T  
Fruita

**11** 1.253 Kcal 54,32 Gr 0,00 AGS 56,88 Prot 127,69 HC

Llaços amb pesto 1T-3T-9T

Salmó al forn 4T-13T

Ceba caramelitzada  
Pa integral 1T-8T  
Fruita

**18** 531 Kcal 13,08 Gr 0,00 AGS 31,27 Prot 69,21 HC

Crema de carbassó

Filet de lluç al forn amb all i julivert 4T

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

**5** 1.029 Kcal 44,37 Gr 0,00 AGS 29,37 Prot 123,71 HC

Bròquil amb patates  
Falafel 1T-3T-8T-9T-12T  
Verdures guarnició  
Pa integral 1-8  
Fruita

**12** 1.051 Kcal 45,82 Gr 0,00 AGS 38,22 Prot 125,81 HC

Cigrons estofats amb espinacs

Hamburguesa de coliflor i formatge  
1-2-3-12

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

**19** 962 Kcal 43,07 Gr 0,00 AGS 17,60 Prot 145,07 HC

Arròs amb tomàquet

Truita francesa 3

Enciam i olives negres  
Pa integral 1-8  
Fruita

**6** 568 Kcal 14,19 Gr 0,00 AGS 34,50 Prot 73,18 HC

Sopa d'au amb pasta 1-3T-10  
Filet de lluç al forn amb all i julivert 4  
Enciam i olives negres  
Pa integral 1-8  
Natilla de vainilla 2-3-13

**13** 879 Kcal 24,62 Gr 0,00 AGS 50,75 Prot 131,22 HC

Arròs amb verdures i tomàquet

Pollastre al forn a les fines herbes

Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral 1-8  
Fruita

**20** 982 Kcal 36,15 Gr 0,00 AGS 30,55 Prot 129,79 HC

Llenties estofades amb verdures

Croquetes de espinacs  
1-2-3T-4T-5T-6T-8T-10T-11T

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

**7** 944 Kcal 41,45 Gr 0,00 AGS 17,83 Prot 140,91 HC

Arròs amb xampinyons i tomàquet  
Truita francesa 3  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral 1-8  
Fruita

**14** 865 Kcal 34,28 Gr 0,00 AGS 35,85 Prot 100,25 HC

Crema de pastanaga amb crostons  
1-2T-8T-9T-12T  
Fish and chips 1-2-3-4-8T-12T-13

Pa integral 1-8  
Kiwi

**21** 636 Kcal 12,12 Gr 0,00 AGS 35,28 Prot 100,80 HC

Coliflor amb patates

Gall d'indi estofat amb verdures

Pa integral 1-8  
Fruita

**1** 822 Kcal 20,15 Gr 0,00 AGS 44,30 Prot 123,16 HC

Fideuà de peix i marisc 1-2T-3T-4-5-6-8-13  
Aletes de pollastre al forn  
Enciam i blat de moro  
Pa integral 1-8  
Fruita

**8** 629 Kcal 15,93 Gr 0,00 AGS 47,35 Prot 70,62 HC

Crema de espinacs amb formatge 2  
Pit de pollastre a la planxa  
Enciam i llavors de carbassa 9  
Pa integral 1-8  
Fruita

**15** 645 Kcal 19,32 Gr 0,00 AGS 32,69 Prot 81,21 HC

Mongetes verdes, patates i pastanaga

Botifarra de pollastre 8-13

Enciam  
Pa integral 1-8  
Fruita

**22** 719 Kcal 25,41 Gr 0,00 AGS 45,60 Prot 104,48 HC

Sopa de peix amb pasta  
1-2-3T-4-5-6T-10-13-61T  
Rodó de vedella al forn amb  
xampinyons  
Enciam(opcional)  
Pa integral 1-8  
logurt natural 2

ALÉRGICOS (T-Trazas): 1-Gluten 2-Llet i derivats(inclou 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.