

## Dilluns

**3** 680 Kcal 21,27 Gr 0,00 AGS 16,82 Prot 98,77 HC

Crema de carbassó

Truita de patates 3T

Enciam i tomàquet

Pa integral 1T-8T

Fruita

**10** 771 Kcal 22,57 Gr 0,00 AGS 22,96 Prot 116,24 HC

Arròs amb tomàquet

Truita francesa 3T

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1T-8T

logurt natural 2T

**17** 839 Kcal 21,63 Gr 0,00 AGS 18,79 Prot 138,13 HC

Arròs amb verdures i tomàquet

Truita de carbassó i patata 3T

Enciam i olives negres

Pa integral 1T-8T

Fruita

## Dimarts

**4** 504 Kcal 4,54 Gr 0,00 AGS 29,87 Prot 82,01 HC

Bledes amb patates saltejades amb all

Filet de lluç al forn 4

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-8

Fruita

**11** 610 Kcal 6,76 Gr 0,00 AGS 34,70 Prot 97,19 HC

Amanida de patata, tomàquet i blat de moro

Gall d'indi estofat amb verdures

Pa integral 1-8

Fruita

**18** 722 Kcal 26,11 Gr 0,00 AGS 26,51 Prot 112,38 HC

Gaspatxo 1-2T-9T-12T-13

Pizza amb tonyina 1-2-4-8T

Pa integral 1-8

Fruita

## Dimecres

**5** 852 Kcal 18,40 Gr 0,00 AGS 47,83 Prot 119,20 HC

Amanida de pasta(amb salsa)

1-2T-3-4-5T-8T-10T

Pit de pollastre amb salsa d'ametles 9

Enciam(opcional)

Pa integral 1-8

Fruita

**12** 736 Kcal 18,79 Gr 0,00 AGS 42,10 Prot 93,79 HC

Llenties estofades amb verdures

Filet de lluç arrebossat 1-4-8T-12T

Enciam i olives negres

Pa integral 1-8

Fruita

**19** 580 Kcal 11,91 Gr 0,00 AGS 34,51 Prot 79,56 HC

Mongeta tendra, patata i pastanaga

Pollastre al forn a les fines herbes

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-8

Fruita

## Dijous

**6** 682 Kcal 12,87 Gr 0,00 AGS 28,76 Prot 110,75 HC

Arròs amb tomàquet

Filet de lluç al forn amb all i julivert 4

Enciam i olives negres

Pa integral 1-8

Fruita

**13** 912 Kcal 22,14 Gr 0,00 AGS 26,99 Prot 147,54 HC

Espaguetis amb salsa de carbassa 1-3T

Truita francesa 3

Patates xips

Pa integral 1-8

Fruita

**20** 847 Kcal 24,91 Gr 0,00 AGS 40,68 Prot 111,79 HC

Cigrons estofats amb espinacs

Filet de lluç amb samfaina 1-4-8T-12T

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-8

Fruita

## Divendres

**7** 925 Kcal 40,09 Gr 0,00 AGS 33,54 Prot 103,87 HC

Cigrons estofats amb verdures

Hamburguesa de coliflor i formatge

1-2-3-12

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-8

Gelat de xocolata 1-2-8-9-11T

**14** 834 Kcal 35,94 Gr 0,00 AGS 49,59 Prot 74,99 HC

Amanida russa 3-4

Pernilets de pollastre a l'allet

Enciam i cogombre

Pa integral 1-8

Fruita

**21** 1.193 Kcal 49,81 Gr 0,00 AGS 61,52 Prot 117,11 HC

Hamburguesa de vedella amb pa, enciam i tomàquet(ketchup al gust)

1-2-3T-8T-9T-10-11T-12-13

Nuggets de pollastre

1-2T-3-4T-5T-6T-8-9T-10T-12T

Patates xips

Pa integral 1-8

Gelat de xocolata 1-2-8-9-11T

**ALÉRGENOS (T-Trazas):** 1-Gluten 2-Llet i derivats(inclou lactosa) 3-Ou 4-Peix 5-Crustacis 6-Mol·luscs 8-Soja 9-Fruits secs de closca 10-Api 11-Mostassa 12-Sèsam 13-Sulfits 14-Tramussos 61-Calamar 88-Gluten,ou,llet,peix,crustaci,mol·lusc,fruits de clofolla i sèsam. 90-Peix,crustaci,mol·lusc,fruits de clofolla 91-Gluten,ou,peix,crustaci,mol·lusc,fruits de cl

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.