

Dilluns

9

16 1.087 Kcal 36,46 Gr 0,00 AGS 36,51 Prot 149,68 HC

Espirals amb tomàquet i formatge
1T-2T-3T
Varetes de lluç 1T-4T-8T-11T

Enciam i tomàquet
Pa integral 1T-8T
Fruita

23 1.006 Kcal 37,93 Gr 0,00 AGS 37,34 Prot 123,63 HC

Llenties amb arròs

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

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

30 1.042 Kcal 37,58 Gr 0,00 AGS 50,06 Prot 119,26 HC

Macarrons amb tomàquet i formatge
ratllat 1T-2T-3T
Salmó al forn 4T
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral 1T-8T
Fruita

Dimarts

10 658 Kcal 19,41 Gr 0,00 AGS 40,10 Prot 73,62 HC 11

Llenties estofades amb verdures
Filet de lluç meunière 4-13

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

17 709 Kcal 26,41 Gr 0,00 AGS 21,98 Prot 86,89 HC

Crema de carbassa i mongeta seca 13

Trita de patates 3

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

24 682 Kcal 20,57 Gr 0,00 AGS 24,86 Prot 94,15 HC

Mongeta tendra, patata i pastanaga

Filet de lluç al forn amb all i julivert 4

Patates xips
Pa integral 1-8
Fruita

Dimecres

18 861 Kcal 18,62 Gr 0,00 AGS 24,21 Prot 142,39 HC

Arròs amb verdures i tomàquet

Hamburguesa de cigrons i pollastre 8-13

Enciam i blat de moro
Pa integral 1-8
Fruita

25 859 Kcal 27,35 Gr 0,00 AGS 32,02 Prot 116,63 HC

Amanida de pasta(amb salsa)

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

Enciam i blat de moro
Pa integral 1-8
logurt natural 2

Dijous

12 1.084 Kcal 37,12 Gr 0,00 AGS 32,07 Prot 151,43 HC

Llaços amb pesto 1-3T-9
Trita de carbassó i patata 3

Enciam i olives negres
Pa integral 1-8
Fruita

19 797 Kcal 24,53 Gr 0,00 AGS 43,69 Prot 106,17 HC

Cigrons estofats amb verdures

Bacallà amb samfaina 1-4-13T

Pa integral 1-8
Fruita

26 678 Kcal 14,27 Gr 0,00 AGS 24,90 Prot 110,35 HC

Arròs amb xampinyons i tomàquet

Filet de lluç al forn amb all i julivert 4

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

Divendres

13 630 Kcal 22,32 Gr 0,00 AGS 28,32 Prot 73,90 HC

Crema de pastanaga
Hamburguesa de vedella a la planxa
8T-13

Enciam i blat de moro
Pa integral 1-8
Fruita

20 628 Kcal 12,07 Gr 0,00 AGS 36,54 Prot 87,34 HC

Bròquil i patata

Gall d'indi estofat amb pastanaga, pèsols i xampinyons

Pa integral 1-8
Fruita

27 789 Kcal 21,51 Gr 0,00 AGS 42,92 Prot 102,10 HC

Cigrons amb patata i oli d'oliva

Aletes de pollastre al forn

Enciam i tomàquet
Pa integral 1-8
Fruita

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 c

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 > 0 = 63°C. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < 0 = 8°C. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.