

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1



4

Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) 8

Filet de lluç al forn amb all i julivert 4

Enciam i llavors de carbassa 9
Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T
logurt natural 2

18 893 Kcal 33,65 Gr 0,00 AGS 50,27 Prot 87,20 HC

Llenties estofades amb verdures

Salmó al forn 4

Enciam i olives negres
Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita

25 868 Kcal 26,94 Gr 0,00 AGS 44,41 Prot 116,03 HC

Tallarines amb verdures i tomàquet 1-3T-8T-11T

Bacallà amb salsa de tomàquet 4-13T

Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T
logurt natural 2

5

695 Kcal 14,96 Gr 0,00 AGS 45,20 Prot 95,12 HC

Pèsols amb patates
Filet de lluç arrebossat 1-4-8T-12T
Enciam i blat de moro
Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita

12 686 Kcal 22,38 Gr 0,00 AGS 19,30 Prot 95,17 HC

Crema de carbassa i mongeta seca 13

Truita de carbassó i patata 3

Enciam i olives negres
Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita

19 698 Kcal 15,18 Gr 0,00 AGS 21,94 Prot 109,42 HC

Bròquil i patata

Mandonguilles de cigrons i pollastre a la jardineria 1-8-13

Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita

26 685 Kcal 21,26 Gr 0,00 AGS 17,02 Prot 98,72 HC

Crema de carbassó

Truita de patates 3

Enciam i tomàquet
Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita

6

593 Kcal 11,31 Gr 0,00 AGS 39,41 Prot 79,41 HC

Sopa de verdures amb pasta 1-3T-8T-11T
Pit de pollastre a la planxa
Enciam i llavors de gira-sol 9
Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita

13 921 Kcal 26,96 Gr 0,00 AGS 45,16 Prot 120,86 HC

Macarrons amb tomàquet 1-3T-8T-11T

Formatge ratllat 2
Aletes de pollastre al forn

Enciam i tomàquet
Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita

20 765 Kcal 18,70 Gr 0,00 AGS 50,61 Prot 100,49 HC

Pasta amb salsa de carbassa 1-3T-8T-11T

Filet de lluç meunière 4-13

Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T
logurt natural 2

27 868 Kcal 18,58 Gr 0,00 AGS 23,97 Prot 142,88 HC

Arròs amb tomàquet

Hamburguesa de cigrons i pollastre 1T-8-13

Enciam i blat de moro
Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita

7

782 Kcal 32,09 Gr 0,00 AGS 38,95 Prot 79,39 HC

Coliflor i patata
Hamburguesa de vedella a la planxa 13
Enciam i olives negres
Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita

14 989 Kcal 35,68 Gr 0,00 AGS 26,30 Prot 131,62 HC

Cigrons amb patata i oli d'oliva

Croquetes de espinacs 1-2T-3T-4T-5T-6T-8T-9-10T

Enciam i blat de moro
Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita

21 799 Kcal 22,01 Gr 0,00 AGS 36,07 Prot 110,80 HC

Arròs amb verdures i tomàquet

Pollastre al forn

Enciam i llavors de gira-sol 9
Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita

28 804 Kcal 23,86 Gr 0,00 AGS 53,96 Prot 90,58 HC

Mongetes seques estofades amb verdures
Pollastre arrebossat 1-2-3-8T-12T

Enciam i olives negres
Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita

8

942 Kcal 36,65 Gr 0,00 AGS 32,51 Prot 116,40 HC

Cigrons estofats amb verdures
Nuggets de bròquil 1-2-3
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita

15 643 Kcal 19,57 Gr 0,00 AGS 32,77 Prot 79,36 HC

Mongeta tendra, patata i pastanaga

Botifarra de pollastre 8-13

Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita

22 734 Kcal 30,21 Gr 0,00 AGS 34,39 Prot 76,03 HC

Crema de pastanaga

Rodó de vedella al forn amb xampinyons
Enciam i blat de moro (opcional)
Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita

29 642 Kcal 20,15 Gr 0,00 AGS 26,51 Prot 81,70 HC

Mongeta tendra, patata i pastanaga

Ous al forn amb tomàquet 3

Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T
Fruita

ALÉRGENOS (T-Trazas): 1-Gluten 2-Llet i derivats (inclosa 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

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.