

## 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 sense lactosa **2**

**11** 714 Kcal 16,54 Gr 0,00 AGS 48,72 Prot 93,20 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 jardinera **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

570 Kcal 11,23 Gr 0,00 AGS 38,83 Prot 75,09 HC  
Caldo d'au amb pasta **1-3T-8T-10-11T**  
Pit de pollastre a la planxa

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

**13** 824 Kcal 19,37 Gr 0,00 AGS 38,89 Prot 119,87 HC  
Macarrons amb tomàquet **1-3T-8T-11T**

Aletes de pollastre al forn

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

**20** 776 Kcal 18,84 Gr 0,00 AGS 52,53 Prot 101,04 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 sense lactosa **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

784 Kcal 33,15 Gr 0,00 AGS 32,00 Prot 84,30 HC  
Coliflor i patata  
Hamburguesa de vedella i porc 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

1.035 Kcal 40,30 Gr 0,00 AGS 40,83 Prot 122,34 HC  
Cigrons estofats amb verdures  
Finguers de pollastre (sense gluten, ou i llet)  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-8T-11T-12T**  
Fruita

**15** 710 Kcal 29,63 Gr 0,00 AGS 27,03 Prot 78,98 HC  
Mongeta tendra, patata i pastanaga

Botifarra de porc **8T-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** 637 Kcal 15,92 Gr 0,00 AGS 34,03 Prot 83,68 HC  
Mongeta tendra, patata i pastanaga

Estofat de porc amb xampinyons

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