

## Dilluns

7 666 Kcal 17,56 Gr 0,00 AGS 54,91 Prot 76,42 HC

Crema de espinacs amb formatge 2

Filet de lluç arrebossat 1-4-8T-12T

Enciam i llavors de carbassa 9

Pa integral 1-8

Fruita

14 766 Kcal 16,02 Gr 0,00 AGS 50,94 Prot 111,03 HC

Arròs amb verdures i tomàquet

Filet de lluç meunière 4-13

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-8

Fruita

21 583 Kcal 20,53 Gr 0,00 AGS 21,38 Prot 73,03 HC

Crema de verdures

Truita francesa 3

Enciam

Pa integral 1-8

logurt natural 2

28 765 Kcal 15,15 Gr 0,00 AGS 52,44 Prot 110,80 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

## Dimarts

1 680 Kcal 25,50 Gr 0,00 AGS 21,04 Prot 84,31 HC

Crema de carbassó

Truita de patates 3

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-8

logurt natural 2

8 843 Kcal 22,84 Gr 0,00 AGS 20,52 Prot 133,91 HC

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

Truita de carbassó i patata 3

Enciam i olives negres

Pa integral 1-8

Fruita

15 702 Kcal 22,27 Gr 0,00 AGS 16,72 Prot 100,67 HC

Crema de pastanaga

Truita de patates 3

Enciam i olives negres

Pa integral 1-8

Fruita

22 932 Kcal 29,20 Gr 0,00 AGS 43,33 Prot 119,63 HC

Arròs amb tomàquet

Llom arrebossat 1-2-3-8T-12T

Enciam i tomàquet

Pa integral 1-8

Fruita

29 889 Kcal 32,77 Gr 0,00 AGS 50,38 Prot 88,19 HC

Llenties estofades amb verdures

Salmó al forn 4

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-8

Fruita

## Dimecres

2 904 Kcal 23,47 Gr 0,00 AGS 52,13 Prot 127,23 HC

Arròs amb tomàquet

Filet de lluç al forn amb all i julivert 4

Patates xips

Pa integral 1-8

Fruita

9 630 Kcal 24,06 Gr 0,00 AGS 27,26 Prot 74,19 HC

Sopa de verdures amb pasta 1-3T-8T-11T

Salsitxes de porc a la planxa 13

Pa integral 1-8

Pruna

Pèsols

16 832 Kcal 30,30 Gr 0,00 AGS 40,43 Prot 93,02 HC

Pèsols amb patates

Rodó de vedella al forn amb xampinyons

Pa integral 1-8

Fruita

23 996 Kcal 23,59 Gr 0,00 AGS 36,74 Prot 151,11 HC

Macarrons amb tomàquet i formatge ratllat 1-2-3T-8T-11T

Hamburguesa de cigrons i pollastre 1T-8-13

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-8

Fruita

Fruita

30 854 Kcal 19,08 Gr 0,00 AGS 27,48 Prot 140,56 HC

Llaços amb pesto 1-3T-8T-9-11T

Truita francesa 3

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-8

Fruita

## Dijous

3 827 Kcal 34,05 Gr 0,00 AGS 40,10 Prot 86,81 HC

Mongetes seques estofades amb verdures

Hamburguesa de vedella i porc a la planxa 8-13

Enciam i olives negres

Pa integral 1-8

Fruita

10 837 Kcal 23,52 Gr 0,00 AGS 46,49 Prot 105,88 HC

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

Pollastre al curri amb poma

Enciam

Pa integral 1-8

logurt natural 2

17 944 Kcal 36,66 Gr 0,00 AGS 32,71 Prot 116,56 HC

Cigrons estofats amb verdures

Nuggets de bròquil 1-2-3

Enciam i tomàquet

Pa integral 1-8

Fruita

24 628 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

31 733 Kcal 29,47 Gr 0,00 AGS 33,91 Prot 77,17 HC

Crema de pastanaga, carbassa i moniato

Pollastre al forn amb castanyes 9

Patates xips

Pa integral 1-8

Postre de Castanyada

## Divendres

4 662 Kcal 15,66 Gr 0,00 AGS 39,26 Prot 85,27 HC

Coliflor i patata

Pit de pollastre amb salsa d'ametlles 9

Enciam

Pa integral 1-8

Fruita

11 956 Kcal 34,19 Gr 0,00 AGS 29,18 Prot 122,30 HC

Llenties estofades amb verdures

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

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-8

Fruita

18 957 Kcal 33,32 Gr 0,00 AGS 56,00 Prot 104,19 HC

Espaguetis amb tomàquet i formatge ratllat 1-2-3T-8T-11T

Pollastre al forn

Enciam i llavors de gira-sol 9

Pa integral 1-8

logurt natural 2

25 838 Kcal 26,06 Gr 0,00 AGS 44,46 Prot 112,13 HC

Cigrons estofats amb espinacs

Bacallà amb samfaina 1-4-13T

Pa integral 1-8

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.