

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

01

Arròs amb salsa de tomàquet
Gall dindi arrebossat amb amanida d'enciam,
pastanaga i olives
Fruita fresca/Pa
651,4Kcal - Prot:12,2g - Lip:19,0g - HC:104,3g
AGS:2,9g - Sucres:23,8g - Sal:4,0g

02

Cigrons ecològics amb verdures
Pollastre al forn amb patates panadera
Fruita fresca/Pa
749,6Kcal - Prot:41,4g - Lip:24,0g - HC:85,3g
AGS:4,8g - Sucres:18,6g - Sal:1,8g

03

Espaguetis ECO amb salsa de xampinyons
Salmó a la planxa amb amanida d'enciam,
blat de moro i olives
Fruita fresca/Pa
519,6Kcal - Prot:12,8g - Lip:14,2g - HC:81,3g
AGS:4,6g - Sucres:20,3g - Sal:1,8g

04

Bròquil amb patata
Vedella amb salsa de pastanagues
iogurt/Pa
573,5Kcal - Prot:41,6g - Lip:20,2g - HC:51,9g
AGS:7,5g - Sucres:24,9g - Sal:1,9g

05

Sopa d'au amb fideus
Truita de patates amb amanida d'enciam,
tomàquet i olives
Fruita fresca/Pa
683,2Kcal - Prot:27,9g - Lip:24,6g - HC:83,3g
AGS:6,4g - Sucres:25,2g - Sal:4,0g

08

Crema de pastanaga
Salsitxes a la planxa amb patates xips
Fruita fresca/Pa
669,2Kcal - Prot:21,5g - Lip:29,0g - HC:76,2g
AGS:8,7g - Sucres:26,9g - Sal:3,9g

09

Fideuà de marisc (Fideus ECO)
Estofat de porc amb samfaina
Fruita fresca/Pa
855,0Kcal - Prot:33,3g - Lip:41,7g - HC:83,1g
AGS:11,1g - Sucres:20,1g - Sal:5,0g

10

Mongetes verdes amb patates
Filet de pollastre a la planxa amb amanida
d'enciam, tomàquet i blat de moro
Fruita fresca/Pa
668,7Kcal - Prot:40,0g - Lip:25,9g - HC:64,8g
AGS:7,5g - Sucres:26,2g - Sal:1,9g

11

Mongetes blanques ECO estofades amb xoriç
Truita de tonyina amb amanida d'enciam,
blat de moro i olives
iogurt/Pa
795,20Kcal - Prot:32,40g - Lip:37,9g -
HC:72,0g AGS:9,8g - Sucres:19,0g - Sal:2,8g

12

Arròs tres delícies
Abadejo empanat amb amanida d'enciam,
tomàquet i pastanaga
Fruita fresca/Pa
675,3Kcal - Prot:28,7g - Lip:18,4g - HC:96,0g
AGS:3,1g - Sucres:17,6g - Sal:2,0g

15

Setmana santa

16

Setmana santa

17

Setmana santa

18

Setmana santa

19

Setmana santa

22

Dilluns de pasqua

23

Sopa de l'avia
Croquetes amb enciam, pastanaga i
blat de moro
Fruita fresca/Pa
721,6Kcal - Prot:31,9g - Lip:25,5g - HC:89,5g
AGS:5,3g - Sucres:23,6g - Sal:2,1g

24

Macarrons ECO amb carbonara
Filet de pollastre al forn amb amanida
d'enciam, blat de moro i olives
Fruita fresca/Pa
819,8Kcal - Prot:42,3g - Lip:34,6g - HC:81,3g
AGS:11,9g - Sucres:20,5g - Sal:3,1g

25

Crema de verdures
Truita de patata i ceba amb amanida
d'enciam i tomàquet i blat de moro
iogurt/Pa
564,4Kcal - Prot:17,1g - Lip:19,2g - HC:75,4g
AGS:3,2g - Sucres:22,6g - Sal:3,8g

26

Cigrons ecològics amb patata
Cinta de llom amb tomàquet
Fruita fresca/Pa
669,4Kcal - Prot:41,6g - Lip:20,1g - HC:73,8g
AGS:4,6g - Sucres:20,0g - Sal:1,6g

29

Tallarines ECO napolitana
(Opcional: Formatge ratllat)
Truita amb formatge i amanida d'enciam, blat
de moro i olives
Fruita fresca/Pa
709,6Kcal - Prot:28,7g - Lip:28,2g - HC:81,2g
AGS:8,3g - Sucres:20,1g - Sal:2,9g

30

Sopa de l'avia
Vedella a la jardinera
Fruita fresca/Pa
732,8Kcal - Prot:34,2g - Lip:32,8g - HC:70,5g
AGS:11,9g - Sucres:19,6g - Sal:1,6g