

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		01 FESTIU	02 Verdura tricolor a l'oli d'all Cuixa de gall dindi al forn amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Gelats/Pa 577,1Kcal - Prot:36,5g - Lip:20,3g - HC:58,5g AGS:8,5g - Azúcares:27,7g - Sal:1,8g	03 Amanida d'arròs amb enciam, ou dur, olives i pernil dolç Bacallà a la biscaïna Fruita fresca/Pa 421,9Kcal - Prot:22,3g - Lip:11,9g - HC:54,2g AGS:2,1g - Azúcares:17,5g - Sal:1,7g
06 Llenties ecològiques amb verdures Truita francesa amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita fresca/Pa 540,5Kcal - Prot:28,8g - Lip:16,1g - HC:69,2g AGS:3,1g - Azúcares:19,9g - Sal:1,7g	07 Paella de verdures Pernilets de pollastre al forn amb amanida d'enciam, tomàquet i olives Fruita fresca/Pa 700,7Kcal - Prot:35,7g - Lip:24,2g - HC:81,4g AGS:5,4g - Azúcares:19,5g - Sal:1,9g	08 Amanida d'estiu amb mongeta verda, patata i ou dur picat Mandonguilles a la jardineria Fruita fresca/Pa 702,8Kcal - Prot:27,0g - Lip:34,8g - HC:64,3g AGS:1,7g - Azúcares:20,5g - Sal:1,2g	09 Amanida de pasta ECO amb enciam i tonyina Lluç a la planxa amb pastanaga saltejada logurt/Pa 664,4Kcal - Prot:35,8g - Lip:19,1g - HC:83,4g AGS:5,0g - Azúcares:31,4g - Sal:2,4g	10 Crema de carbassó Llom a la planxa amb amanida d'enciam, pastanaga i blat de moro Fruita fresca/Pa 502,7Kcal - Prot:30,2g - Lip:19,9g - HC:47,4g AGS:4,9g - Azúcares:18,7g - Sal:1,7g
13 Amanida d'arròs amb formatge fresc i blat de moro Gall dindi arrebossat amb amanida d'enciam, pastanaga i olives Fruita fresca/Pa 544,3Kcal - Prot:12,4g - Lip:20,9g - HC:72,9g AGS:4,1g - Azúcares:23,5g - Sal:4,5g	14 Cigrons ecològics amb verdures Pollastre al forn amb patates panadera Fruita fresca/Pa 721,9Kcal - Prot:40,6g - Lip:23,9g - HC:79,5g AGS:4,8g - Azúcares:18,4g - Sal:1,7g	15 Espaguetis ECO a la bolonyesa Salmó a la planxa amb amanida d'enciam, blat de moro i olives Fruita fresca/Pa 686,2Kcal - Prot:31,0g - Lip:27,7g - HC:74,5g AGS:4,9g - Azúcares:18,9g - Sal:2,2g	16 Bròquil amb patata Vedella amb salsa de pastanagues logurt/Pa 581,3Kcal - Prot:43,0g - Lip:18,6g - HC:56,7g AGS:6,7g - Azúcares:27,4g - Sal:1,6g	17 Amanida campera (patata, tomàquet, pebrot, ceba i tonyina) Truita francesa amb amanida d'enciam, tomàquet i olives Fruita fresca/Pa 513,5Kcal - Prot:21,6g - Lip:19,0g - HC:64,5g AGS:3,6g - Azúcares:18,2g - Sal:2,0g
20 Crema de porros Salsitxes a la planxa amb patates xips Fruita fresca/Pa 651,1Kcal - Prot:22,1g - Lip:29,2g - HC:70,6g AGS:8,8g - Azúcares:26,5g - Sal:3,7g	21 Fideuà de marisc (Fideus ECO) Estofat de porc amb samfaina Fruita fresca/Pa 746,1Kcal - Prot:39,6g - Lip:24,6g - HC:86,4g AGS:5,5g - Azúcares:23,1g - Sal:3,0g	22 Mongetes verdes amb patates Filet de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro Fruita fresca/Pa 564,9Kcal - Prot:33,2g - Lip:21,7g - HC:54,1g AGS:4,9g - Azúcares:20,1g - Sal:1,6g	23 Mongetes blanques ECO estofades amb xoriç Truita de tonyina amb amanida d'enciam, blat de moro i olives Gelats/Pa 858,5Kcal - Prot:34,1g - Lip:45,9g - HC:69,5g AGS:15,9g - Azúcares:23,0g - Sal:3,1g	24 Arròs tres delícies Limanda arrebossada amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga Fruita fresca/Pa 618,2Kcal - Prot:28,9g - Lip:17,3g - HC:84,2g AGS:2,8g - Azúcares:17,0g - Sal:1,7g
27 DIA DEL CELIAC	28 Amanida d'arròs amb enciam, blat de moro i tonyina Pernilets de pollastre en salsa amb xampinyons Fruita fresca/Pa 590,4Kcal - Prot:36,7g - Lip:23,7g - HC:53,8g AGS:5,5g - Azúcares:17,9g - Sal:1,6g	29 Espirals ECO amb tomàquet Lluç al forn o a la planxa amb amanida d'enciam, pastanaga i olives Fruita fresca/Pa 532,5Kcal - Prot:25,8g - Lip:13,4g - HC:73,4g AGS:2,2g - Azúcares:18,9g - Sal:2,2g	30 Crema Saint Germain (Pèsols i porro) Pizza de pernil dolç amb amanida de tomàquet logurt/Pa 766,7Kcal - Prot:29,4g - Lip:22,1g - HC:107,5g AGS:5,0g - Azúcares:32,0g - Sal:3,3g	31 Sopa de lletres Estofat de vedella amb patates i minestra Fruita fresca/Pa 658,2Kcal - Prot:29,3g - Lip:30,2g - HC:63,1g AGS:11,2g - Azúcares:19,1g - Sal:1,4g