

Dilluns

9 Arròs napolitana
Croquetes de rostit
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada i Pa Integral

Kcal: 874 Lip: 34,22 Prot: 19,71 HC: 125,06

16 Bullit de mongeta verda, patata i pastanaga
Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)
Fruita variada i Pa Integral

Kcal: 662 Lip: 13,17 Prot: 25,87 HC: 112,79

23 Espaguetis a la italiana
Truita de pernil dolç casolana
Amanida d'enciam i pastanaga logurt i Pa Integral

Kcal: 680 Lip: 29,28 Prot: 29,06 HC: 74,53

30 Sopa de brou (nap, xirivia) amb arròs
Lluç arrebossat casolà
Amanida d'enciam i remolatxa logurt i Pa Integral

Kcal: 541 Lip: 29,05 Prot: 27,96 HC: 41,03

Dimarts

10 Verdura tricolor (bledes, pastanaga i patata) bullida
Macarrons integrals amb bolonyesa de llenties
Fruita variada i Pa Integral

Kcal: 753 Lip: 14,53 Prot: 24,60 HC: 129,72

17 Crema de pèsols, ceba i patata
Pollastre al forn
Arròs saltat
Fruita variada i Pa Integral

Kcal: 677 Lip: 15,97 Prot: 39,02 HC: 97,11

24 Patata xafada amb bròquil
Mandonguilles de vedella a la jardinera (pebrot, tomàquet, bolets)
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita variada i Pa Integral

Kcal: 780 Lip: 35,58 Prot: 32,06 HC: 82,55

Dimecres



11

18 Arròs alla Norma (albergínia, formatge, ceba)
Truita de carabassó i ceba casolana
Amanida d'enciam i sèsam logurt i Pa Integral

Kcal: 759 Lip: 31,61 Prot: 26,28 HC: 94,43

25 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)
Pollastre al forn amb poma
Patata dau
Fruita variada i Pa Integral

Kcal: 769 Lip: 22,16 Prot: 46,32 HC: 98,73

Dijous

12 Sopa de gallina (nap, xirivia) amb pasta fina
Lluç amb samfaina
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita variada i Pa Integral

Kcal: 596 Lip: 20,31 Prot: 27,31 HC: 76,18

19 Macarrons integrals amb napolitana i formatge crema
Cues de rap a la marinera
Amanida d'enciam i remolatxa
Fruita variada i Pa Integral

Kcal: 758 Lip: 21,07 Prot: 39,64 HC: 105,22

26 Crema de carabassó amb crostons
Paella mixta (pastanaga, ceba, pèsols)
Fruita variada i Pa Integral

Kcal: 830 Lip: 14,35 Prot: 28,65 HC: 150,60

Divendres

13 Coliflor cruixent al forn
Estofat de gall d'indi a la jardinera (pebrot, pastanaga, ceba)
Amanida d'enciam i remolatxa logurt i Pa Integral

Kcal: 770 Lip: 26,10 Prot: 44,13 HC: 89,89

20 Vichyssoise (porro, ceba, patata)
Capçada de porc rostida amb pastanaga i porro
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada i Pa Integral

Kcal: 659 Lip: 25,21 Prot: 33,54 HC: 75,84

27 Cigrons saltats amb verdures (ceba, pastanaga, espinacs)
Seitó a l'andalusà casolà
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada i Pa Integral

Kcal: 960 Lip: 31,06 Prot: 47,19 HC: 118,57



FRUITA VARIADA i de TEMPORADA

MENÚS ELABORATS PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA Haidée Robert Gadella CAT001628

EN COMPLIMENT DEL REGLAMENT (UE) n° 1169/2011 SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, EL CENTRE TÉ DISPONIBLE PER A LA CONSULTA LA INFORMACIÓ RELATIVA A LA PRESENTACIÓ D'AL·LÈRGENS DE TOTS ELS PRODUCTES QUE ES SERVEIXEN EN ELS NOSTRES MENÚS