

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTIU

04

05
Fideuà de marisc (Fideus ECO)
Magra a la planxa amb samfaina
Fruita fresca/Pa
855,0Kcal - Prot:33,3g - Lip:41,7g - HC:83,1g
AGS:11,1g - Sucre:20,1g - Sal:5,0g

06
Mongetes verdes amb patates
Filet de pollastre a la planxa amb amanida
d'enciam, tomàquet i blat de moro
logurt ECO/Pa
668,7Kcal - Prot:40,0g - Lip:25,9g - HC:64,8g
AGS:7,5g - Sucre:26,2g - Sal:1,9g

07
Mongetes blanques ecològiques estofades
amb xoriç
Truita de tonyina (Ou ECO) amb amanida
d'enciam, blat de moro i olives
Fruita ecològica/Pa
806,1Kcal - Prot:32,4g - Lip:39,0g - HC:72,1g
AGS:10,0g - Azúcares:19,0g - Sal:3,1g

08
Arròs ecològic tres delícies
Bacallà 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 - Sucre:17,6g - Sal:2,0g

FESTIU

01

11
Llenties ecològiques amb pastanaga
Truita francesa (Ou ECO) amb amanida
d'enciam, tomàquet i blat de moro
Fruita fresca/Pa
558,3Kcal - Prot:28,4g - Lip:16,0g - HC:73,7g
AGS:3,1g - Sucre:20,1g - Sal:1,8g

12
Paella mixta (Arròs ECO)
Pernilets de pollastre en salsa amb
xampinyons
Fruita ecològica/Pa
715,5Kcal - Prot:40,6g - Lip:21,6g - HC:85,9g
AGS:5,3g - Sucre:18,5g - Sal:1,6g

13
Pèsols saltejats amb patates
Pizza de pernil dolç amb amanida de
tomàquet
Fruita fresca/Pa
771,0Kcal - Prot:27,6g - Lip:18,2g - HC:115,3g
AGS:2,5g - Sucre:28,5g - Sal:3,2g

14
Espirals ecològiques amb tomàquet
Lluç al forn o a la planxa amb amanida
d'enciam, pastanaga i olives
logurt ECO/Pa
634,3Kcal - Prot:32,5g - Lip:17,7g - HC:83,8g
AGS:4,8g - Sucre:24,6g - Sal:2,5g

15
Sopa de lletres
Estofat de vedella amb patates i minestra
Fruita fresca/Pa
701,8Kcal - Prot:31,1g - Lip:31,6g - HC:68,9g
AGS:11,8g - Sucre:19,3g - Sal:1,5g

18
Mongetes tendres amb patates al vapor
Hamburguesa a la planxa amb ceba
caramel·litzada
Fruita fresca/Pa
745,5Kcal - Prot:22,2g - Lip:20,4g - HC:94,6g
AGS:6,8g - Sucre:53,0g - Sal:2,9g

19
Arròs ecològic amb salsa de tomàquet
Salmó a la planxa amb enciam, pastanaga i
blat de moro
logurt ECO/Pa
721,6Kcal - Prot:31,9g - Lip:25,5g - HC:89,5g
AGS:5,3g - Sucre:23,6g - Sal:2,1g

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

21
Crema de verdures
Truita de patata i ceba (Ou ECO) amb
amanida d'enciam i tomàquet i blat de moro
Fruita fresca/Pa
564,4Kcal - Prot:17,1g - Lip:19,2g - HC:75,4g
AGS:3,2g - Sucre:22,6g - Sal:3,8g

22

Cigrons al curry amb blat eblly i llet de coco
Magra de porc amb tomàquet
Fruita fresca/Pa

25
Tallarines ecològics napolitana
Truita (Ou ECO) 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 - Sucre:20,1g - Sal:2,9g

26
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 - Sucre:19,6g - Sal:1,6g

27
Mongetes blanques ecològiques amb
verdures
Varetes de lluç amb amanida de tomàquet
logurt ECO/Pa
781,4Kcal - Prot:25,6g - Lip:27,2g - HC:100,0g
AGS:10,6g - Azúcares:26,2g - Sal:2,7g

28
Verdura tricolor a l'oli d'all
Cuixa de gall dindi al forn amb amanida
d'enciam, tomàquet i pastanaga
Fruita fresca/Pa
639,7Kcal - Prot:38,4g - Lip:24,4g - HC:61,5g
AGS:5,6g - Sucre:23,9g - Sal:1,9g

29
Arròs ecològic amb verdures
Cua de rap a la biscaïna
Fruita ecològica/Pa
427,3Kcal - Prot:9,0g - Lip:4,1g - HC:85,5g
AGS:0,7g - Sucre:18,3g - Sal:1,0g