

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

03

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 - Sucres:20,1g - Sal:1,8g

04

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 - Sucres:18,5g - Sal:1,6g

05

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 - Sucres:28,5g - Sal:3,2g

06

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 - Sucres:24,6g - Sal:2,5g

07

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 - Sucres:19,3g - Sal:1,5g

10

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 - Sucres:53,0g - Sal:2,9g

11

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 - Sucres:23,6g - Sal:2,1g

12

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 - Sucres:20,5g - Sal:3,1g

13

**Vichyssoise de pera amb bròquil i crumble
de pa de sègol i ametlla**

Truita de patata i ceba (Ou ECO) amb
amanida d'enciam i tomàquet i blat de moro
Fruita fresca/Pa

14

Cigrons ecològics amb patata
Magra de porc 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

17

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 - Sucres:20,1g - Sal:2,9g

18

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

19

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 - Sucres:26,2g - Sal:2,7g

20

Espaguetis bolonyesa
Pollastre arrebossat
Enciam i olives
Pa i Natilles de xocolata/vainilla
854,97Kcal - Prot:32,6g - Lip:32,02g -
HC:106,6g AGS:8,0g - Sucres:28,7g - Sal:3,1g

21

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 - Sucres:18,3g - Sal:1,0g

24

**DIA DE LLIBRE
DISPOSICIÓ**

25

Paella de verdures (Arròs ECO)
Pernilets de pollastre al forn amb amanida
d'enciam, tomàquet i olives
logurt ECO/Pa
804,5Kcal - Prot:42,5g - Lip:28,5g - HC:92,1g
AGS:8,0g - Sucres:25,6g - Sal:2,3g

26

Mongetes verdes amb patata al vapor
Mandonguilles a la jardinera
Fruita fresca/Pa
708,0Kcal - Prot:25,9g - Lip:33,2g - HC:70,1g
AGS:1,2g - Sucres:20,7g - Sal:1,2g

27

Macarrons ecològics amb tonyina
Lluç a la planxa amb pastanaga saltejada
Fruita ecològica/Pa
627,9Kcal - Prot:30,7g - Lip:15,7g - HC:86,3g
AGS:2,6g - Sucres:25,7g - Sal:2,1g

28

Crema de carbassó
Llom a la planxa amb amanida d'enciam,
pastanaga i blat de moro
Fruita fresca/Pa
530,3Kcal - Prot:31,0g - Lip:20,0g - HC:53,2g
AGS:4,9g - Sucres:18,9g - Sal:1,8g