

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

TORNEM A L'ESCOLA !!



01

11

Arròs amb salsa de tomàquet
Croquetes amb
Enciam, pastanaga i blat de moro
Pa
logurt sabor
646,5Kcal - Prot:29,6g - Lip:18,2g - HC:89,5g
AGS:5,6g - Sucre:23,6g - Sal:2,0g

12

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

13

Crema de verdures
Truita de patata i ceba
Enciam, tomàquet i blat de moro
Pa
Fruita fresca
564,4Kcal - Prot:17,1g - Lip:19,2g - HC:75,4g
AGS:3,2g - Sucre:22,6g - Sal:3,8g

14

Cigrons amb patates
Magra de porc amb tomàquet
Pa
Fruita fresca
669,4Kcal - Prot:41,6g - Lip:20,1g - HC:73,8g
AGS:4,6g - Sucre:20,0g - Sal:1,6g

15

18

Tallarines napolitana
Truita amb formatge
Amanida d'enciam, blat de moro i olives
Pa
Fruita fresca
709,6Kcal - Prot:28,7g - Lip:28,2g - HC:81,2g
AGS:8,3g - Sucre:20,1g - Sal:2,9g

19

Sopa d'olla
Vedella a la jardinera
Pa
Fruita fresca
732,8Kcal - Prot:34,2g - Lip:32,8g - HC:70,5g
AGS:11,9g - Sucre:19,6g - Sal:1,6g

20

Mongetes amb verdures
Bastonets de lluç
Amanida de tomàquet
Pa
logurt sabor
777,4Kcal - Prot:29,2g - Lip:24,4g - HC:101,7g
AGS:7,3g - Sucre:27,9g - Sal:2,8g

21

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

22

Arròs amb verdures
Cola de rap a la biscaïna
Pa
Fruita fresca
539,1Kcal - Prot:24,0g - Lip:8,5g - HC:88,2g
AGS:1,4g - Sucre:20,3g - Sal:1,6g

25

FESTIU

26

Paella de verdures
Cuixetes de pollastre al forn
Enciam, tomàquet i olives
Pa
logurt sabor
804,5Kcal - Prot:42,5g - Lip:28,5g - HC:92,1g
AGS:8,0g - Sucre:25,6g - Sal:2,3g

27

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

28

Macarrons amb tonyina
Filet de lluç a la planxa
Pastanaga saltada
Pa
Fruita fresca
627,9Kcal - Prot:30,7g - Lip:15,7g - HC:86,3g
AGS:2,6g - Sucre:25,7g - Sal:2,1g

29

Crema de carbassó
Cap de llom a la planxa
Enciam, pastanaga i blat de moro
Pa
Fruita fresca
530,3Kcal - Prot:31,0g - Lip:20,0g - HC:53,2g
AGS:4,9g - Sucre:18,9g - Sal:1,8g