

SENSE LACTOSA

Dilluns

1 574 Kcal 23,03 Gr 0,00 AGS 19,18 Prof 66,67 HC

Crema de carbassó

Truita de patates i ceba 3

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-8

logurt natural sense lactosa 2

4 452 Kcal 15,40 Gr 0,00 AGS 20,66 Prof 53,92 HC

Crema de espinacs

illet de lluç al forn 4

Enciam i llavors de carbassa 9

Pa integral 1-8

Fruita

4 576 Kcal 19,01 Gr 0,00 AGS 33,20 Prof 100,67 HC

Cassola de verdures

Escalivada amb samfaina 1-4-13T

Pa integral 1-8

Fruita

1 509 Kcal 22,10 Gr 0,00 AGS 26,93 Prof 44,18 HC

Crema de verdures

Peix al forn amb tomàquet 3

Enciam

Pa integral 1-8

logurt natural sense lactosa 2

8 575 Kcal 19,22 Gr 0,00 AGS 34,33 Prof 90,06 HC

Arròs a la cassola amb carn i

ampinyons

illet de lluç al forn amb all i julivert 4

Enciam i llavors de gira-sol 9

Pa integral 1-8

Fruita

Dimarts

1 574 Kcal 23,03 Gr 0,00 AGS 19,18 Prof 66,67 HC

Crema de carbassó

Truita de patates i ceba 3

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-8

logurt natural sense lactosa 2

8 706 Kcal 20,38 Gr 0,00 AGS 16,80 Prof 110,27 HC

Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de

moro i pèsols)

Truita de carbassó i patata 3

Enciam i olives negres

Pa integral 1-8

Fruita

15 584 Kcal 19,96 Gr 0,00 AGS 13,52 Prof 81,09 HC

Crema de pastanaga

Truita de patates i ceba 3

Enciam i olives negres

Pa integral 1-8

Fruita

22 500 Kcal 11,85 Gr 0,00 AGS 9,27 Prof 86,58 HC

Arròs integral amb tomàquet

Llom arrebossat (sense al·lèrgens)

Enciam i tomàquet

Pa integral 1-8

Fruita

29 867 Kcal 34,10 Gr 0,00 AGS 37,84 Prof 95,68 HC

Llentilles estofades amb verdures

Finguers de pollastre (sense gluten, ou

i llet)

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-8

Fruita

Dimecres

2 530 Kcal 13,27 Gr 0,00 AGS 8,05 Prof 93,64 HC

Arròs amb tomàquet

Peix fresc al forn amb all i julivert 4

Verdures guarnició

Pa integral 1-8

Fruita

9 518 Kcal 21,60 Gr 0,00 AGS 23,10 Prof 57,03 HC

Sopa de verdures amb pasta 1-3T

Salsitxes de porc a la planxa 13

Pa integral 1-8

Pruna

16 597 Kcal 14,74 Gr 0,00 AGS 32,32 Prof 78,58 HC

Pèsols amb patates

Estofat de vedella amb verdures

Pa integral 1-8

Fruita

23 669 Kcal 18,69 Gr 0,00 AGS 37,23 Prof 86,29 HC

Pasta amb salsa a elecció 1-3T

Pit de pollastre a la planxa

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-8

Fruita

30 728 Kcal 24,40 Gr 0,00 AGS 26,48 Prof 101,26 HC

Liaços amb pesto 1-3T-8T-9-11T

Remenat d'ou 3

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-8

Fruita

Dijous

3 697 Kcal 30,60 Gr 0,00 AGS 34,78 Prof 68,50 HC

Mongetes seques estofades amb

verdures

Hamburguesa de vedella i porc a la

planxa 8-13

Enciam i olives negres

Pa integral 1-8

Fruita

10 755 Kcal 25,05 Gr 0,00 AGS 42,60 Prof 86,07 HC

Espirals integrals amb salsa de

carbassa 1

Pollastre al curri amb poma (sense

nata)

Enciam

Pa integral 1-8

logurt natural sense lactosa 2

17 889 Kcal 36,36 Gr 0,00 AGS 35,61 Prof 100,96 HC

Cigrons estofats amb verdures

Finguers de pollastre (sense gluten, ou

i llet)

Enciam i tomàquet

Pa integral 1-8

Fruita

24 518 Kcal 10,62 Gr 0,00 AGS 31,53 Prof 68,98 HC

Bròquil i patata

Gall d'indi estofat amb pastanaga,

pèsols i xampions

Pa integral 1-8

Fruita

31 800 Kcal 27,50 Gr 0,00 AGS 28,61 Prof 54,99 HC

Crema de pastanaga, carbassa i

moniato

Pollastre al forn amb castanyes 9

Patata daus

Pa integral 1-8

Postre de Castanyada (sense

al·lèrgens)

Divendres

4 551 Kcal 13,98 Gr 0,00 AGS 34,10 Prof 68,09 HC

Coliflor i patata

Pit de pollastre amb salsa d'ametlles 9

Enciam

Pa integral 1-8

Fruita

11 862 Kcal 34,04 Gr 0,00 AGS 37,55 Prof 95,12 HC

Llentilles estofades amb verdures

Finguers de pollastre (sense gluten, ou i

llet)

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-8

Fruita

18 735 Kcal 22,07 Gr 0,00 AGS 42,90 Prof 88,05 HC

Espaguets amb tomàquet 1

Pollastre al forn

Enciam i llavors de gira-sol 9

Pa integral 1-8

logurt natural sense lactosa 2

25 521 Kcal 13,55 Gr 0,00 AGS 17,43 Prof 80,34 HC

Cigrons estofats amb espinacs

Peix fresc al forn amb all i julivert 4

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-8

Fruita



La cuina es reserva el dret a fer un canvi a l'últim moment, avisant per e-mail als centres.

En compliment del Reglament núm. 1169/2011 (UE) sobre la informació alimentària facilitada al consumidor. La Vostra Cuina disposa de la informació sobre els al·lèrgens dels aliments que componen els menús que s'elaboren.

Plat calent: Temperatura de conservació $\geq 65^{\circ}\text{C}$. Es manté calent a l'armari fins al moment de servir-ho.

Plat fred: Temperatura de conservació $\leq 8^{\circ}\text{C}$. Es manté a la nevera fins al moment de servir-ho.

