

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



1 682 Kcal 18,9Gr 0,0 AGS 35,9 Prot 91,1 HC
Arròs integral amb tomàquet **13**
Calamars a la romana(fets a cuina)
1-6-8T-11T
Enciam i tomàquet
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

2 578 Kcal 27,9 Gr 0,0 AGS 32,0 Prot 48,5 HC
Crema de carbassó
Hamburguesa de vedella a la planxa **13**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

5 478 Kcal 13,4 Gr 0,0 AGS 24,9 Prot 62,3 HC
Mongeta tendra, patata i pastanaga
Salsitxes de pollastre a la planxa **8T-13**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

6 863 Kcal 33,4 Gr 0,0 AGS 30,8 Prot 107,1 HC
Llenties estofades amb verdures
Croquetes d'espinacs casolanes
1-2-3-8T-9T-12T-13
Enciam i blat de moro
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

7 718 Kcal 26,7 Gr 0,0 AGS 19,8 Prot 94,4 HC
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)
Truita de carbassó i patata **3**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural **2**

8 540 Kcal 19,5Gr 0,0 AGS 25,6 Prot 63,9 HC
Crema de verdures
Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**
Patata fornera
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

9 659 Kcal 13,8 Gr 0,0 AGS 34,3 Prot 96,4 HC
Espaguetis integrals amb salsa de carbassa **1-8T-11T-13**
Pollastre al curri amb poma
11T-7T-9T-10T-11T-12T-13
Enciam i tomàquet
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada



13 671 Kcal 21,2 Gr 0,0 AGS 22,8 Prot 95,1 HC
Arròs integral amb tomàquet **13**
Truita francesa **3**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural **2**

14 609 Kcal 15,5 Gr 0,0 AGS 35,8 Prot 78,0 HC
Cigrons estofats amb verdures
Filet de lluç arrebossat **1-2-3-4-8T-11T-12T**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

15 536 Kcal 14,7Gr 0,0 AGS 28,4 Prot 70,0 HC
Coliflor ECO i patata
Estofat de vedella amb verdures
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

16 876 Kcal 24,5 Gr 0,0 AGS 42,7 Prot 120,4 HC
Pasta amb salsa a escollir (a elecció)
1-3T-8T-11T
Caldo d'au amb pasta(a escollir)
1-3T-8T-10-11T
Pollastre al forn
Enciam i llavors de gira-sol **9**
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

19 582 Kcal 23,7 Gr 0,0 AGS 17,4 Prot 68,4 HC
Crema de pastanaga
Truita de patates **3**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural **2**

20 650 Kcal 15,8 Gr 0,0 AGS 23,0 Prot 102,0 HC
Arròs amb verdures i tomàquet **13**
Maires fregides amb saltat de verdures
1-4-8T-11T
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

21 502 Kcal 14,6 Gr 0,0 AGS 24,8 Prot 64,7 HC
Bròquil ECO i patata
Wok de gall d'indi saltat amb verdures
13
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

22 649 Kcal 14,8Gr 0,0 AGS 45,2 Prot 79,5 HC
Cigrons estofats amb espinacs
Peix fresc al forn **4**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

23 542 Kcal 13,2 Gr 0,0 AGS 31,9 Prot 74,2 HC
Caldo d'au amb pasta **1-3T-8T-10-11T**
Pollastre al forn amb salsa de moniato i patates
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

26 684 Kcal 27,1 Gr 0,0 AGS 20,1 Prot 87,4 HC
Mongeta tendra, patata i pastanaga
Varetes de lluç **1-4-8T-11T**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

27 645 Kcal 16,7 Gr 0,0 AGS 38,7 Prot 81,0 HC
Llenties estofades amb verdures
Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**
Patata fornera
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

28 943 Kcal 35,2 Gr 0,0 AGS 35,5 Prot 119,0 HC
Arròs amb xampinyons i tomàquet **13**
Ous al forn amb beixamel **1-2-3-8T-11T**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

29 791 Kcal 16,2Gr 0,0 AGS 44,6 Prot 109,6 HC
Macarrons integrals amb tomàquet i formatge ratllat **1-2-8T-11T**
Salmó al forn **4**
Enciam i blat de moro
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada



Alergies (T-Trazas): 1-Gluten 2-Llet i derivats(lactosa) 3-Ou 4-Peix 5-Crustacis 6-Mol·luscs 7-Cacaueu 8-Soja 9-Fruits secs de closca 10-Api 11-Mostassa 12-Sèsam 13-Sulfits 14-Tramussos 101-Llet

LA CUINA ES RESERVA EL DRET A FER UN CANVI A ÚLTIM MOMENT, AVISANT PER E-MAIL ALS CENTRES.
EN COMPLIMENT AL 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 > o = 63°C. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < o = 8°C. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.