

## Dilluns

## Dimarts

## Dimecres

## Dijous

## Divendres

7

8

9

10

11

Arròs integral amb tomàquet 13

Croquetes de bacallà  
1-2-3T-4-5T-6T-8T-9T-10T-11T-12T-14T  
Enciam i llavors de gira-sol 9  
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada

820 Kcal 32,0 Gr 0,0 AGS 16,7 Prot 112,8 HC

Arròs integral amb tomàquet 13

Croquetes de bacallà  
1-2-3T-4-5T-6T-8T-9T-10T-11T-12T-14T  
Enciam i llavors de gira-sol 9  
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada

589 Kcal 11,8 Gr 0,0 AGS 38,8 Prot 77,7 HC

Llenties estofades amb verdures

Filet de lluç amb patates 4

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada

911 Kcal 35,9Gr 0,0 AGS 41,6 Prot 106,5 HC

Pasta integral amb pesto  
1-2-3-7T-8T-9-11T-13  
Hamburguesa de vedella a la planxa  
2T-13  
Enciam i blat de moro  
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada

  
FESTIU

14 593 Kcal 23,8 Gr 0,0 AGS 18,7 Prot 69,6 HC

Crema de carbassa i mongeta seca 13

Truita de patates 3

Enciam i olives negres  
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
logurt natural 2

15 791 Kcal 29,6 Gr 0,0 AGS 29,6 Prot 100,6 HC

Espirals amb tomàquet i formatge  
1-2-3T-8T-11T  
Botifarra de pollastre 8T-13

Enciam i blat de moro  
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada

16 662 Kcal 18,3 Gr 0,0 AGS 40,9 Prot 79,2 HC

Cigrons estofats amb verdures

Peix fresc amb samfaina 1-4-8T-11T

Enciam i tomàquet  
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada

17 633 Kcal 16,3Gr 0,0 AGS 33,9 Prot 84,6 HC

Paella de verdures 13

Pollastre al forn a les fines herbes

Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada

18 492 Kcal 12,5 Gr 0,0 AGS 28,3 Prot 64,2 HC

Bròquil ECO i patata

Gall d'indi estofat amb pastanaga,  
pèsols i xampinyons

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada

21 661 Kcal 18,7 Gr 0,0 AGS 26,8 Prot 90,6 HC

Llenties estofades amb verdures

Truita de carbassó i patata 3

Enciam i blat de moro  
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada

22 529 Kcal 14,7 Gr 0,0 AGS 27,5 Prot 68,7 HC

Mongeta tendra ECO, patata i  
pastanaga

Filet de lluç amb patates 4

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada

23 754 Kcal 31,3 Gr 0,0 AGS 28,2 Prot 78,3 HC

Mongetes seques estofades amb  
verdures

Croquetes de bacallà  
1-2-3T-4-5T-6T-8T-9T-10T-11T-12T-14T  
Enciam i olives negres  
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
logurt natural 2

24 790 Kcal 28,0Gr 0,0 AGS 45,6 Prot 88,2 HC

Amanida de pasta amb salsa rosa  
1-2-3-4-5T-8T-10-11T  
Aletes de pollastre al forn

Enciam i tomàquet  
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada

25 721 Kcal 24,1 Gr 0,0 AGS 35,2 Prot 89,9 HC

Arròs integral amb xampinyons i  
tomàquet 13

Peix fresc arrebossat 1-2-3-4-8T-11T-12T

Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada

28 554 Kcal 15,9 Gr 0,0 AGS 41,7 Prot 49,6 HC

Coliflor i patata

Salmó al forn 4

Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
logurt natural 2

29 683 Kcal 22,7 Gr 0,0 AGS 25,3 Prot 95,1 HC

Macarrons integrals amb salsa a  
elecció 1-8T-11T

Remenat d'ou amb verdures 3

Enciam i blat de moro  
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada

30 684 Kcal 18,0 Gr 0,0 AGS 42,3 Prot 83,2 HC

Cigrons amb patata i oli d'oliva

Pit de pollastre amb salsa d'ametlles  
7T-9

Enciam i olives negres  
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-Cacauet 8-Soja 9-Fruits secs de closca 10-Api 11-Mostassa 12-Sèsam 13-Sulfits 14-Tramussos

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 > 0 = 63°C. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.  
PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < 0 = 8°C. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.  
TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.