

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

01

*Mongeta verda amb patata
Pollastre rostit al forn amb herbes
Pa integral i logurt natural de proximitat
525,7Kcal - Prot:26,8g - Lip:12,7g -
HC:71,1g AGS:2,1g - Sucres:16,7g - Sal:2,1g*

02

*Amanida de pasta
Lluç a la romana
Pa i Fruita fresca de temporada
507,8Kcal - Prot:17,7g - Lip:13,8g -
HC:72,4g AGS:2,2g - Sucres:19,9g - Sal:2,5g*

03

*Crema de verdures
Hamburguesa de vedella a la planxa amb
pebrots verds
Pa integral i Fruita fresca de temporada
823,6Kcal - Prot:37,9g - Lip:38,8g - HC:75,9g
AGS:14,4g - Sucres:18,0g - Sal:2,0g*

04

*Llenties amb verdures
Truita de tonyina
Enciam i olives
Pa i Fruita fresca de temporada
638,9Kcal - Prot:37,8g - Lip:22,1g -
HC:66,6g AGS:3,5g - Sucres:16,0g - Sal:3,0g*

07

*Pèsols saltejats amb patates
Ous durs amb salsa de tomàquet
Enciam i pastanaga
Pa i Fruita fresca de temporada
706,4Kcal - Prot:25,3g - Lip:25,7g - HC:90,2g
AGS:7,7g - Sucres:20,6g - Sal:2,3g*

08

*Mongetes blanques estofades amb verdures
Salsitxes a la planxa
Barreja d'enciams (iceberg i romana) i olives
Pa integral i Fruita fresca de temporada
581,8Kcal - Prot:30,5g - Lip:20,0g -
HC:64,5g AGS:4,2g - Sucres:16,2g - Sal:2,4g*

09

*Crema de verdures
Estofat de gall d'indi
amb xampinyons
Pa i Fruita fresca de temporada
444,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:8,5g -
HC:61,7g AGS:1,4g - Sucres:22,1g -
Sal:1,6g*

10

*Espirals amb tonyina
Filet de lluç al forn amb enciam
Pa integral i logurt natural de proximitat
563,0Kcal - Prot:18,6g - Lip:18,4g -
HC:71,6g AGS:2,5g - Sucres:20,0g - Sal:1,5g*

11

*Amanida de patata, tomàquet,
pebrot i ceba
Croquetes de pernil
Enciam i blat de moro
Pa i Fruita fresca de temporada
626,7Kcal - Prot:30,5g - Lip:21,6g - HC:74,4g
AGS:8,1g - Sucres:21,7g - Sal:2,1g*

14

*Amanida de llenties
Truita de patates amb enciam i tomàquet
Pa i Fruita fresca de temporada
827,2Kcal - Prot:22,2g - Lip:28,4g -
HC:118,3g AGS:7,6g - Sucres:49,3g - Sal:4,2g*

15

*Espaguetis amb salsa napolitana
Salmó a la planxa
Barreja d'enciams (romana i iceberg) amb
tomàquet
Pa integral i Fruita fresca de temporada
542,5Kcal - Prot:18,2g - Lip:10,1g -
HC:82,3g AGS:1,6g - Sucres:26,6g - Sal:1,8g*

16

*Arròs saltejat amb bolets
Pernilets de pollastre amb herbes
provençals
Pa i logurt natural de proximitat
658,2Kcal - Prot:34,1g - Lip:19,6g -
HC:83,8g AGS:6,5g - Sucres:22,2g - Sal:2,3g*

17

**MENÚ
ESPECIAL**

18

*Verdura tricolor
Hamburguesa a la planxa
Amanida de tomàquet i enciam
Pa i Fruita fresca de temporada
521,9Kcal - Prot:22,8g - Lip:20,8g -
HC:57,2g AGS:4,5g - Sucres:19,9g - Sal:1,8g*

21

*Crema d'hortalisses d'estiu (mongeta
verda, carbassó i pastanaga)
Mandonguilles guisades amb xampinyons
Pa i Fruita fresca de temporada
710,4Kcal - Prot:21,4g - Lip:31,4g -
HC:82,9g AGS:1,7g - Sucres:16,6g - Sal:1,3g*

22

*Menestra de verdures
Llom a la planxa
Enciam, poma i blat de moro
Pa integral i logurt natural de proximitat
616,5Kcal - Prot:29,2g - Lip:19,9g -
HC:75,8g AGS:4,1g - Sucres:18,6g - Sal:1,8g*

23

**VACANCES
D'ESTIU**