

**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**



06

07

08

09

10

13

14

15

16

17

*Verdura tricolor  
Truita de pernil dolç  
Enciam i tomàquet  
Pa i Fruita fresca de temporada  
538,4Kcal - Prot:22,0g - Lip:20,7g - HC:62,1g  
AGS:4,5g - Sucres:20,0g - Sal:1,8g*

*Macarrons amb samfaina  
Contracuixa de pollastre a la planxa  
Enciam, poma i blat de moro  
Pa integral i Fruita fresca de temporada  
616,5Kcal - Prot:29,2g - Lip:19,9g - HC:75,8g  
AGS:4,1g - Sucres:18,6g - Sal:1,8g*

*Cigrons amb verdures  
Croquetes amb amanida  
-  
Pa i Fruita fresca de temporada  
513,7Kcal - Prot:16,7g - Lip:10,6g -  
HC:80,7g AGS:1,8g - Sucres:21,8g - Sal:1,4g*

*Amanida d'arròs i verdures  
Rostit de llom amb saltejat de bolets  
Enciam i pastanaga  
Pa integral i Iogurt natural de proximitat  
617,7Kcal - Prot:25,4g - Lip:17,1g - HC:85,2g  
AGS:4,0g - Sucres:19,2g - Sal:1,8g*

*Mongetes blanques amb patates i oli d'oliva  
Cassoleta de calamar i gambes amb patates  
panadera  
-  
Pa i Fruita fresca de temporada  
610,5Kcal - Prot:30,2g - Lip:15,5g - HC:79,7g  
AGS:7,2g - Sucres:23,2g - Sal:1,6g*

20

21

22

23

24

*Arròs amb salsa de tomàquet  
Hamburguesa de vedella a la planxa  
Enciam i pastanaga  
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*

*Mongeta verda amb patata  
Cigrons amb verdures  
-  
Pa integral i Iogurt natural de proximitat  
546,8Kcal - Prot:22,2g - Lip:13,7g - HC:77,0g  
AGS:3,6g - Sucres:23,8g - Sal:2,0g*

*Amanida de pasta  
Lluç a la romana  
Amanida de tomàquet i enciam  
Pa i Fruita fresca de temporada  
589,2Kcal - Prot:25,6g - Lip:17,4g - HC:78,8g  
AGS:2,9g - Sucres:16,9g - Sal:2,2g*

*Crema Saint Germain (pèsols i porro)  
Pollastre rostit al forn amb herbes provençals  
Pebrots verds al forn  
Pa integral i Fruita fresca de temporada  
541,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,3g - HC:60,1g  
AGS:3,8g - Sucres:26,0g - Sal:1,6g*

*Llenties amb verdures  
Truita de tonyina  
Enciam i olives  
Pa i Fruita fresca de temporada  
642,8Kcal - Prot:32,0g - Lip:24,1g - HC:69,2g  
AGS:5,1g - Sucres:18,0g - Sal:2,4g*

27

28

29

30

*Pèsols saltejats amb patates  
Ous durs amb salsa de tomàquet  
Enciam i daus de formatge  
Pa i Fruita fresca de temporada  
567,1Kcal - Prot:24,2g - Lip:20,3g - HC:64,4g  
AGS:4,6g - Sucres:23,7g - Sal:2,0g*

*Mongetes blanques estofades amb verdures  
Salsitxes a la planxa  
Barreja d'enciams (romana i iceberg) amb  
tomàquet  
Pa integral i Fruita fresca de temporada  
702,5Kcal - Prot:28,7g - Lip:28,8g - HC:71,7g  
AGS:7,5g - Sucres:21,0g - Sal:3,7g*

*Mongeta tendre amb patates  
Gall indi amb salsa de formatges  
Xampinyons saltejats  
Pa i Fruita fresca de temporada  
604,6Kcal - Prot:34,2g - Lip:21,2g - HC:63,8g  
AGS:7,1g - Sucres:29,0g - Sal:2,4g*

*Espirals al pesto  
Filet de lluç al forn  
Enciam i blat de moro  
Pa integral i Fruita fresca de temporada  
783,9Kcal - Prot:31,2g - Lip:31,6g - HC:88,7g  
AGS:5,9g - Sucres:18,0g - Sal:2,0g*