

	DILLUNS/MONDAY	DIMARTS/TUESDAY	DIMECRES/WEDNESDAY	DIJOUS/THURSDAY	DIVENDRES/FRIDAY
1 ^o PLAT			Amanida completa (13)	Parrillada de verdures	Lasanya de verdures (bròquil i pastanagues (1,6,7,10))
2 ^o PLAT			Guisat mariner de patates amb peix (4,13)	Llenties amb arròs (1)	Lluç amb amanida (4,9,13)
PA			Macedònia natural	Fruita variada	Fruita (Pinya natural)
POS TRE			Pa integral 20 g (1)	Pa integral 20 g (1)	Pa integral 20 g (1)
	Kcal	Kcal	Kcal 518	Kcal 643	Kcal 615
	Prot	Prot	Prot 16	Prot 27	Prot 32
	HC	HC	HC 57	HC 86	HC 57
	Gr	Gr	Gr 22	Gr 16	Gr 30
	6	7	8	9	10
1 ^o PLAT	Llenties amb carbassa (1)	Picat de tomàquet i formatge fresc (7,13)	Bròquil amb patates i pastanaga	Guisat de mongetes amb quinoa (13)	Crema de porros (7)
2 ^o PLAT	Remenat de verdures (3)	Fideua de peix (1,3,4)	Pollastre a la llimona (9,13)	Peix al forn amb llit de patates, ceba i tomàquet (4,13)	Cuscús d'au amb verdures (1,6,10,13)
PA	Fruita (Pera)	Macedònia natural	Fruita (Plàtan)	Fruita (taronja)	Fruita variada (7)
POS TRE	Pa integral 20 g (1)	Pa integral 20 g (1)	Pa integral 20 g (1)	Pa integral 20 g (1)	Pa integral 20 g (1)
	Kcal 518	Kcal 728	Kcal 517	Kcal 582	Kcal 757
	Prot 29	Prot 26	Prot 32	Prot 32	Prot 34
	HC 56	HC 83	HC 45	HC 61	HC 90
	Gr 15	Gr 30	Gr 27	Gr 21	Gr 26
	13	14	15	16	17
1 ^o PLAT	Llenties amb patates i pastanaga (1)	Crema de pastanaga	Amanida completa (13)	Sopa d'au amb fideus (1,3,9)	Tabulé o amanida de cuscús (1,6,10)
2 ^o PLAT	Pastís de carbassó (1,3,7)	Bacallà en salsa de tomàquet (2,4,13,14)	Macarrons bolonyesa de vedella (1,3,7)	Llom en salsa de poma (13)	Potatge de cigrons amb peix (4)
PA	Fruita (Pinya natural)	Fruita (Plàtan)	Fruita variada (7)	Fruita (Pera)	Macedònia natural
POS TRE	Pa integral 20 g (1)	Pa integral 20 g (1)	Pa integral 20 g (1)	Pa integral 20 g (1)	Pa integral 20 g (1)
	Kcal 572	Kcal 593	Kcal 580	Kcal 525	Kcal 786
	Prot 34	Prot 26	Prot 29	Prot 20	Prot 32
	HC 66	HC 54	HC 56	HC 45	HC 112
	Gr 14	Gr 27	Gr 39	Gr 27	Gr 19
	20	21	22	23	24
1 ^o PLAT	Guisat de patates amb carxofes (13)	Brou de pollastre (1,3,9)	Macarrons saltats amb verdures (1,3,7)	Crema de carbassa (7)	Llenties amb verdures (1)
2 ^o PLAT	Truita i amanida (3,13)	cigrons amb au	Lluç en salsa verd (1,2,9,13,14)	Gall d'indi estofat amb patates y verdures (13)	Halibut a la llimona (4,9,13)
PA	Fruita (Plátano)	Fruita (Pinya natural)	Fruita variada (7)	Macedònia natural	Fruita (Pera)
POS TRE	Pa integral 20 g (1)	Pa integral 20 g (1)	Pa integral 20 g (1)	Pa integral 20 g (1)	Pa integral 20 g (1)
	Kcal 538	Kcal 566	Kcal 587	Kcal 614	Kcal 563
	Prot 14	Prot 25	Prot 29	Prot 22	Prot 38
	HC 51	HC 64	HC 60	HC 67	HC 59
	Gr 28	Gr 21	Gr 24	Gr 25	Gr 14
	27	28	29	30	31
1 ^o PLAT	Quinoa tres delícies (3)	Cigrons saltats	Coliflor bullida	Amanida italiana de formatge fresc, tomàquet i alfàbrega (7)	Vichyssoise de pera (7,13)
2 ^o PLAT	Truita de patates amb amanida (3,13)	Bacallà al forn (2,4,13,14)	Pollastre a la pinya (13)	Guissat de mongetes amb quinoa (13)	Paella de peix (4)
PA	Fruita (Taronja)	Macedònia natural	Fruita (Pera)	Fruita (Plàtan)	Fruita variada (7)
POS TRE	Pa integral 20 g (1)	Pa integral 20 g (1)	Pa integral 20 g (1)	Pa integral 20 g (1)	Pa integral 20 g (1)
	Kcal 651	Kcal 646	Kcal 437	Kcal 638	Kcal 760
	Prot 22	Prot 32	Prot 29	Prot 22	Prot 23
	HC 55	HC 70	HC 26	HC 70	HC 101
	Gr 36	Gr 22	Gr 21	Gr 28	Gr 27

ALÉRGENOS

1. Gluten 2. Crustáceos 3. Huevo 4. Pescados 5. Cacahuets 6. Soja 7. Leche 8. F. cáscara 9. Apio 10. Mostaza 11. Sésamo 12. Altramucos 13. Sulfitos 14. Moluscos