



Menú Novembre-Desembre 2019



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

25

"MEAT FREE DAY"

Crema de carbassa	12
Canelons d'espinacs amb beixamel	1,3,7 9,10 11
Taronja	-
Energia (Kcal)	Prot. (g)
713,43	21,22
HC (g)	Lípids (g)
104,77	20,91
V.N.	

26

Arròs amb tomàquet	9,10 11
Lluç a la planxa amb amanida	4
logurt de Ca l'Alzina	7
Energia (Kcal)	Prot. (g)
661,14	31,90
HC (g)	Lípids (g)
103,43	12,02
V.N.	

27

Trinxat de la Cerdanya (s/rosta)	12
Lluç amb salsa i amanida	4
Pera	-
Energia (Kcal)	Prot. (g)
625,64	31,03
HC (g)	Lípids (g)
81,61	18,78
V.N.	

28

Mongeta verda amb patata	12
Hamburguesa vegetal amb xampinyons	1
Mandarina	-
Energia (Kcal)	Prot. (g)
692,13	24,95
HC (g)	Lípids (g)
115,24	13,79
V.N.	

29

Llenties amb verdures	-
Truita de carbassó amb amanida	3
Plàtan	-
Energia (Kcal)	Prot. (g)
625,87	21,08
HC (g)	Lípids (g)
91,41	16,90
V.N.	

2

Coliflor amb patata	12
Hamburguesa vegetal amb amanida	1
Mandarina	-
Energia (Kcal)	Prot. (g)
684,07	24,42
HC (g)	Lípids (g)
114,12	13,96
V.N.	

3

Sopa casolana de lletres	1,3 12
Mandonguilles de peix a la jardineria	1,3,4 7,12 14
Raïm	-
Energia (Kcal)	Prot. (g)
693,26	29,70
HC (g)	Lípids (g)
101,92	17,20
V.N.	

4

Purè de patata	7 12
Croquetes de bacallà amb amanida	1,2,3,4 6,7,8,9 10,14
logurt de Ca l'Alzina	7
Energia (Kcal)	Prot. (g)
731,27	16,62
HC (g)	Lípids (g)
97,53	28,86
V.N.	

5

Crema de cigrons	12
Espirals amb salsa de verdures i fruits secs	1,3,5 6,7,8 11
Taronja	-
Energia (Kcal)	Prot. (g)
790,78	24,89
HC (g)	Lípids (g)
138,03	13,88
V.N.	

6

FESTIU - DIA DE LA CONSTITUCIÓ	
---	--

9

Macarrons a la napolitana	1,3,9 10,11
Lluç a la planxa amb amanida	4
Raïm	-
Energia (Kcal)	Prot. (g)
734,72	34,18
HC (g)	Lípids (g)
121,42	11,06
V.N.	

10

Patates guisades amb verdures	12
Lluç amb salsa	4
Taronja	-
Energia (Kcal)	Prot. (g)
589,21	26,86
HC (g)	Lípids (g)
85,15	14,59
V.N.	

11

Llenties amb verdures	-
Truita d'espinacs amb amanida	3
Pera	-
Energia (Kcal)	Prot. (g)
633,17	21,61
HC (g)	Lípids (g)
91,40	17,34
V.N.	

12

Mongeta verda amb tomàquet	-
Hamburguesa vegetal a/pat. fregides i amanida	1
logurt de Ca l'Alzina	7
Energia (Kcal)	Prot. (g)
866,42	28,92
HC (g)	Lípids (g)
117,64	29,39
V.N.	

13

Crema de cigrons	12
Arròs amb verdures i bolets	-
Mandarina	-
Energia (Kcal)	Prot. (g)
684,76	17,41
HC (g)	Lípids (g)
128,53	10,21
V.N.	

16

"MEAT FREE DAY"

Crema de pastanaga	12
Espaguetis amb bolonyesa vegetal	1,3,9 10,11
Mandarina	-
Energia (Kcal)	Prot. (g)
713,07	20,39
HC (g)	Lípids (g)
137,64	7,17
V.N.	

17

Arròs amb verdures	-
Truita francesa amb amanida	3
Poma	-
Energia (Kcal)	Prot. (g)
676,72	19,51
HC (g)	Lípids (g)
106,67	17,94
V.N.	

18

Cigrons amb verdures	12
Bacallà al forn amb amanida	4
logurt de Ca l'Alzina	7
Energia (Kcal)	Prot. (g)
617,01	33,99
HC (g)	Lípids (g)
79,45	16,57
V.N.	

19

Menestra de verdures	-
Hamburguesa vegetal amb patata al forn amb amanida	1,12
Plàtan	-
Energia (Kcal)	Prot. (g)
727,97	26,73
HC (g)	Lípids (g)
119,45	14,95
V.N.	

20

Crema de bolets	12
Canelons d'espinacs amb beixamel	1,3,7 9,10 11
Neules i Torrons	S/P
Energia (Kcal)	Prot. (g)
807,34	25,71
HC (g)	Lípids (g)
103,56	30,04
V.N.	





Menú Novembre-Desembre 2019



DILLUNS

25	Crema de carbassa	12
	Canelons gratinats s/gluten	3,6,7 9,10 11,12
	Taronja	-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)
	HC (g)	Lípids (g)
	672,88	27,54
	85,07	23,06
	V.N.	

2	Coliflor amb patata	12
	Pollastre al forn amb amanida	-
	Mandarina	-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)
	HC (g)	Lípids (g)
	575,57	32,37
	75,89	15,51
	V.N.	

9	Espaguetis s/gluten a la bolonyesa	6,9 10,11 12
	Lluç a la planxa amb amanida	4
	Raïm	-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)
	HC (g)	Lípids (g)
	771,69	30,40
	128,00	12,80
	V.N.	

16	Crema de pastanaga	12
	Espaguetis s/gluten amb bolonyesa vegetal	9,10 11
	Mandarina	-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)
	HC (g)	Lípids (g)
	724,27	15,19
	144,04	6,77
	V.N.	

DIMARTS

26	Arròs a la cassola	6 12
	Lluç a la planxa amb amanida	4
	logurt de Ca l'Alzina	7
	Energia (Kcal)	Prot. (g)
	HC (g)	Lípids (g)
	789,68	37,90
	103,26	23,67
	V.N.	

3	Sopa de fideus s/gluten	6,7 12
	Lluç amb salsa	4
	Raïm	-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)
	HC (g)	Lípids (g)
	546,17	26,85
	87,03	9,28
	V.N.	

10	Patates guisades amb verdures	12
	Rodó de vedella amb salsa	-
	Taronja	-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)
	HC (g)	Lípids (g)
	658,35	33,70
	87,01	18,56
	V.N.	

17	Arròs amb verdures	-
	Costella de porc amb amanida	-
	Poma	-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)
	HC (g)	Lípids (g)
	798,66	27,70
	107,47	27,58
	V.N.	

DIMECRES

27	Trinxat de la Cerdanya	12
	Rodó de llom amb salsa i amanida	-
	Pera	-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)
	HC (g)	Lípids (g)
	666,04	36,76
	83,87	19,82
	V.N.	

4	Purè de patata	7 12
	Pollastre arrebossat s/gluten amb amanida	-
	logurt de Ca l'Alzina	7
	Energia (Kcal)	Prot. (g)
	HC (g)	Lípids (g)
	746,73	23,83
	85,03	33,60
	V.N.	

11	Llenties estofades	6,12
	Truita d'espínacs amb amanida	3
	Pera	-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)
	HC (g)	Lípids (g)
	665,24	23,37
	84,86	23,46
	V.N.	

18	Cigrons amb verdures	12
	Bacallà al forn amb amanida	4
	logurt de Ca l'Alzina	7
	Energia (Kcal)	Prot. (g)
	HC (g)	Lípids (g)
	617,01	33,99
	79,45	16,57
	V.N.	

DIJOUS

28	Mongeta verda amb patata	12
	Pollastre amb xampinyons	-
	Mandarina	-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)
	HC (g)	Lípids (g)
	562,13	32,04
	76,27	13,81
	V.N.	

5	Crema de cigrons	12
	Espirais s/gluten amb salsa de verdures i fruits secs	3,5,6 7,8 11
	Taronja	-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)
	HC (g)	Lípids (g)
	793,18	21,45
	142,03	14,28
	V.N.	

12	Mongeta verda amb tomàquet	-
	Hamburguesa pollastre a/pat. fregides i amanida	6,12
	logurt de Ca l'Alzina	7
	Energia (Kcal)	Prot. (g)
	HC (g)	Lípids (g)
	700,22	33,19
	78,22	25,80
	V.N.	

19	Menestra de verdures	-
	Pollastre amb patata al forn amb amanida	12
	Plàtan	-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)
	HC (g)	Lípids (g)
	619,47	34,68
	81,22	16,50
	V.N.	

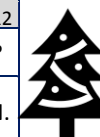
DIVENDRES

29	Llenties estofades	6 12
	Truita de carbassó amb amanida	3
	Plàtan	-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)
	HC (g)	Lípids (g)
	657,94	22,84
	84,87	23,02
	V.N.	

6	FESTIU - DIA DE LA CONSTITUCIÓ	
---	---	--

13	Crema de cigrons	12
	Arròs amb verdures i bolets	-
	Mandarina	-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)
	HC (g)	Lípids (g)
	684,76	17,41
	128,53	10,21
	V.N.	

20	Crema de bolets	12
	Canelons gratinats s/gluten	3,6,7 9,10 11,12
	Neules i Torrons	S/P
	Energia (Kcal)	Prot. (g)
	HC (g)	Lípids (g)
	766,79	32,03
	83,86	32,19
	V.N.	





Menú Novembre-Desembre 2019



DILLUNS

25	Crema de carbassa				12
	Espirals s/gluten a la bolonyesa				6,9 10,11 12
	Taronja				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	720,00	17,93	138,15	9,39	

2	Coliflor amb patata				12
	Pollastre al forn amb amanida				-
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	575,57	32,37	75,89	15,51	

9	Espaguetis s/gluten a la bolonyesa				6,9 10,11 12
	Lluç a la planxa amb amanida				4
	Raïm				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	771,69	30,40	128,00	12,80	

16 MEAT FREE DAY™	Crema de pastanaga				12
	Espaguetis s/gluten amb bolonyesa vegetal				9,10 11
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	724,27	15,19	144,04	6,77	

DIMARTS

26	Arròs a la cassola				6 12
	Lluç a la planxa amb amanida				4
	logurt de soja				6
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	751,68	39,15	94,14	22,42	

3	Sopa casolana de fideus s/gluten				12
	Lluç amb salsa				4
	Raïm				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	546,17	26,85	87,03	9,28	

10	Patates guisades amb verdures				12
	Rodó de vedella amb salsa				-
	Taronja				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	658,35	33,70	87,01	18,56	

17	Arròs amb verdures				-
	Costella de porc amb amanida				-
	Poma				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	798,66	27,70	107,47	27,58	

DIMECRES

27	Trinxat de la Cerdanya				12
	Rodó de llom amb salsa i amanida				-
	Pera				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	666,04	36,76	83,87	19,82	

4	Crema de patata				12
	Pollastre arrebossat s/gluten amb amanida				-
	logurt de soja				6
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	700,01	25,45	80,81	29,34	

11	Llenties estofades				6,12
	Truita d'espínacs amb amanida				3
	Pera				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	665,24	23,37	84,86	23,46	

18	Cigrons amb verdures				12
	Bacallà al forn amb amanida				4
	logurt de soja				6
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	579,01	35,24	70,32	15,32	

DIJOUS

28	Mongeta verda amb patata				12
	Pollastre amb xampinyons				-
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	562,13	32,04	76,27	13,81	

5 "MEAT FREE DAY"	Crema de cigrons				12
	Espirals s/gluten amb salsa de verdures				6,9 10,1
	Taronja				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	746,57	19,42	144,07	9,00	

12	Mongeta verda amb tomàquet				-
	Hamburguesa pollastre a/pat. fregides i amanida				6,12
	logurt de soja				6
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	662.22	34,44	69,09	24,55	

19	Menestra de verdures				-
	Pollastre amb patata al forn amb amanida				12
	Plàtan				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	619,47	34,68	81,22	16,50	

DIVENDRES

29	Llenties estofades				6 12
	Truita de carbassó amb amanida				3
	Plàtan				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	657,94	22,84	84,87	23,02	

6	FESTIU - DIA DE LA CONSTITUCIÓ	
---	---	--

13 "MEAT FREE DAY"	Crema de cigrons				12
	Arròs amb verdures i bolets				-
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	684,76	17,41	128,53	10,21	

20	Crema de bolets				12
	Espirals s/gluten a la bolonyesa				6,9 10,1 12
	Neules i Torrons				S/P
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	813,90	22,42	136,94	18,52	





Menú Novembre-Desembre 2019



DILLUNS

25	Crema de carbassa				12
	Macarrons a la bolonyesa				1,3,6 9,10 11,12
	Taronja				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	712,00	20,97	134,15	8,75	

DIMARTS

26	Arròs amb tomàquet	9,10 11			
	Lluç a la planxa amb amanida	4			
	logurt de Ca l'Alzina	7			
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	661,14	31,90	103,43	12,02	

DIMECRES

27	Trinxat de la Cerdanya				12
	Llom a la planxa amb amanida				-
	Pera				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	621,30	35,47	76,16	19,14	

DIJOUS

28	Mongeta verda amb patata				12
	Pollastre amb xampinyons				-
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	562,13	32,04	76,27	13,81	

DIVENDRES

29	Llenties amb verdures				-
	Truita francesa amb amanida				3
	Plàtan				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	614,72	23,56	83,81	18,52	

2	Coliflor amb patata				12
	Pollastre al forn amb amanida				-
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	575,57	32,37	75,89	15,51	

3	Sopa de lletres				1,3,6 7,12
	Lluç a la planxa amb amanida				4
	Raïm				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	532,57	28,69	84,84	7,94	

4	Puré de patata				7 12
	Llom a la planxa amb amanida				-
	logurt de Ca l'Alzina				7
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	594.59	34.86	67.53	19.53	

5 "MEAT FREE DAY"	Crema de cigrons				12
	Espirals amb salsa de verdures i fruits secs				1,3, 6,7, 11
	Taronja				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	790,78	24,89	138,03	13,88	

6	FESTIU - DIA DE LA CONSTITUCIÓ	
---	---	--

9	Macarrons a la bolonyesa				1,3,6 9,10 11,12
	Lluç a la planxa amb amanida				4
	Raïm				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	760,49	35,60	121,60	13,20	

10	Patates guisades amb verdures				12
	Rodó de vedella amb amanida				-
	Taronja				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	593,87	22,13	90,01	15,46	

11	Llenties amb verdures				-
	Truita francesa amb amanida				3
	Pera				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	615,02	23,59	83,80	18,46	

12	Mongeta verda amb tomàquet				-
	Hamburguesa pollastre amb amanida				6,12
	logurt de Ca l'Alzina				7
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	521.26	31.03	59.58	15.56	

13 "MEAT FREE DAY"	Crema de cigrons				12
	Arròs amb verdures i bolets				-
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	684,76	17,41	128,53	10,21	

16 MEAT FREE DAY	Crema de pastanaga				12
	Espaguetis amb bolonyesa vegetal				1,3,9 10,11
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	713.07	20.39	137.64	7.17	

17	Arròs amb verdures				-
	Costella de porc amb amanida				-
	Poma				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	843.92	30.88	114.30	28.19	

18	Cigrons amb verdures				12
	Bacallà al forn amb amanida				4
	Iogurt de Ca l'Alzina				7
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	617.01	33.99	79.45	16.57	

19	Menestra de verdures				-
	Pollastre amb patata al forn amb amanida				12
	Plàtan				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	619.47	34.68	81.22	16.50	

20	Crema de bolets				12
	Canelons de carn gratinats				1,3,6 7,9 10,11
	Neules i Torrons				S/P
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	836.07	31.29	101.09	32.54	





Menú Novembre-Deseembre 2019



25

Crema de carbassa					12
Macarrons a la bolonyesa					1,3,6 9,10 11,12
Taronja					-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.	
712,00	20,97	134,15	8,75		

2

Coliflor amb patata					12
Pollastre al forn amb amanida					-
Mandarina					-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.	
575,57	32,37	75,89	15,51		

9

Macarrons a la bolonyesa					1,3,6 9,10 11,12
Lluç a la planxa amb amanida					4
Raïm					-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.	
760,49	35,60	121,60	13,20		

16

Crema de pastanaga					12
Espaguetis amb bolonyesa vegetal					1,3,9 10,11
Mandarina					-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.	
713,07	20,39	137,64	7,17		

26

Arròs a la cassola					6 12
Lluç a la planxa amb amanida					4
logurt de soja					6
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.	
751,68	39,15	94,14	22,42		

3

Sopa casolana de lletres					1,3 12
Lluç amb salsa					4
Raïm					-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.	
611,75	30,66	85,01	15,60		

10

Patates guisades amb verdures					12
Rodó de vedella amb salsa					-
Taronja					-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.	
658,35	33,70	87,01	18,56		

17

Arròs amb verdures					-
Costella de porc amb amanida					-
Poma					-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.	
798,66	27,70	107,47	27,58		

27

Trinxat de la Cerdanya					12
Rodó de llom amb salsa i amanida					-
Pera					-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.	
666,04	36,76	83,87	19,82		

4

Crema de patata					12
Pollastre arrebossat amb amanida					1 12
logurt de soja					6
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.	
659,38	30,84	87,19	19,62		

11

Llenties estofades					6,12
Truita d'espínacs amb amanida					3
Pera					-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.	
665,24	23,37	84,86	23,46		

18

Cigrons amb verdures					12
Bacallà al forn amb amanida					4
logurt de soja					6
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.	
579,01	35,24	70,32	15,32		

28

Mongeta verda amb patata					12
Pollastre amb xampinyons					-
Mandarina					-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.	
562,13	32,04	76,27	13,81		

5

Crema de cigrons					12
Espirals amb salsa de verdures					1,3
Taronja					-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.	
738,57	22,46	140,07	8,36		

12

Mongeta verda amb tomàquet					-
Hamburguesa pollastre a/pat. fregides i amanida					6,12
logurt de soja					6
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.	
662,22	34,44	69,09	24,55		

19

Menestra de verdures					-
Pollastre amb patata al forn amb amanida					12
Plàtan					-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.	
619,47	34,68	81,22	16,50		

29

Llenties estofades					6 12
Truita de carbassó amb amanida					3
Plàtan					-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.	
657,94	22,84	84,87	23,02		

6

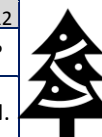
FESTIU - DIA DE LA CONSTITUCIÓ				
---	--	--	--	--

13

Crema de cigrons					12
Arròs amb verdures i bolets					-
Mandarina					-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.	
684,76	17,41	128,53	10,21		

20

Crema de bolets					12
Espirals a la bolonyesa					1,3,6 9,10 11,12
Neules i Torrons					S/P
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.	
805,90	25,46	132,94	17,88		





Menú Novembre-Desembre 2019



DILLUNS

25	Crema de carbassa				12
	Espirals s/gluten a la bolonyesa				6,9 10,11 12
	Taronja				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	720,00	17,93	138,15	9,39	

2	Coliflor amb patata				12
	Pollastre al forn amb amanida				-
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	575,57	32,37	75,89	15,51	

9	Espaguetis s/gluten a la bolonyesa				6,9 10,11 12
	Lluç a la planxa amb amanida				4
	Raïm				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	771,69	30,40	128,00	12,80	

16 "MEAT FREE DAY"	Crema de pastanaga				12
	Espaguetis s/gluten amb bolonyesa vegetal				9,10 11
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	724,27	15,19	144,04	6,77	

DIMARTS

26	Arròs a la cassola				6 12
	Lluç a la planxa amb amanida				4
	logurt de Ca l'Alzina				7
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	789,68	37,90	103,26	23,67	

3	Sopa de fideus s/gluten				6,7 12
	Lluç amb salsa				4
	Raïm				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	546,17	26.85	87.03	9.28	

10	Patates guisades amb verdures				12
	Rodó de vedella amb salsa				-
	Taronja				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	658,35	33,70	87,01	18,56	

17	Arròs amb verdures				-
	Costella de porc amb amanida				-
	Poma				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	843,92	30,88	114,30	28,19	

DIMECRES

27	Trinxat de la Cerdanya				12
	Rodó de llom amb salsa i amanida				-
	Pera				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	666,04	36,76	83,87	19,82	

4	Purè de patata				7 12
	Llibrets de llom amb amanida				1,6 7
	logurt de Ca l'Alzina				7
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	696,73	28,86	83,53	26,10	

11	Llenties estofades				6,12
	Lluç a la planxa amb amanida				4
	Pera				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	624,46	34,97	75,86	18,27	

18	Cigrons amb verdures				12
	Bacallà al forn amb amanida				4
	Iogurt de Ca l'Alzina				7
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	617,01	33,99	79,45	16,57	

DIJOUS

28	Mongeta verda amb patata				12
	Pollastre amb xampinyons				-
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	562,13	32,04	76,27	13,81	

5 "MEAT FREE DAY"	Crema de cigrons				12
	Espirals s/gluten amb salsa de verdures				6
	Taronja				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	746,57	19,42	144,07	9,00	

12	Mongeta verda amb tomàquet				-
	Hamburguesa pollastre a/pat. fregides i amanida				6,12
	logurt de Ca l'Alzina				7
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	550,26	28,32	43,12	27,07	

19	Menestra de verdures				-
	Pollastre amb patata al forn amb amanida				12
	Plàtan				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	619,47	34,68	81,22	16,50	

DIVENDRES

29	Llenties estofades				6 12
	Hamburguesa de vedella amb amanida				6,1
	Plàtan				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	695,16	30,14	74,91	28,93	

6	FESTIU - DIA DE LA CONSTITUCIÓ	
---	---	--

13 "MEAT FREE DAY"	Crema de cigrons				12
	Arròs amb verdures i bolets				-
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	684,76	17,41	128,53	10,21	

20	Crema de bolets				12
	Espirals s/gluten a la bolonyesa				6,9 10,1 12
	Neules i Torrons				S/P
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	813,90	22,42	136,94	18,52	





Menú Novembre-Desembre 2019



DILLUNS

25	Crema de carbassa				12
	Espirals s/gluten a la bolonyesa				6,9 10,11 12
	Taronja				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	720,00	17,93	138,15	9,39	

2	Coliflor amb patata				12
	Pollastre al forn amb amanida				-
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	575,57	32,37	75,89	15,51	

9	Espaguetis s/gluten a la bolonyesa				6,9 10,11 12
	Lluç a la planxa amb amanida				4
	Raïm				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	771,69	30,40	128,00	12,80	

16 "MEAT FREE DAY"	Crema de pastanaga				12
	Espaguetis s/gluten amb bolonyesa vegetal				9,10 11
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	724,27	15,19	144,04	6,77	

DIMARTS

26	Arròs a la cassola				6 12
	Lluç a la planxa amb amanida				4
	logurt de Ca l'Alzina				7
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	789,68	37,90	103,26	23,67	

3	Sopa de fideus s/gluten				6,7 12
	Lluç amb salsa				4
	Raïm				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	546,17	26,85	87,03	9,28	

10	Patates guisades amb verdures				12
	Rodó de vedella amb salsa				-
	Taronja				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	658,35	33,70	87,01	18,56	

17	Arròs amb verdures				-
	Costella de porc amb amanida				-
	Poma				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	798,66	27,70	107,47	27,58	

DIMECRES

27	Trinxat de la Cerdanya				12
	Rodó de llom amb salsa i amanida				-
	Pera				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	666,04	36,76	83,87	19,82	

4	Purè de patata				7 12
	Llibrets de llom amb amanida				1,6 7
	logurt de Ca l'Alzina				7
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	696,73	28,86	83,53	26,10	

11	Llenties estofades				6,12
	Lluç a la planxa amb amanida				4
	Pera				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	624,46	34,97	75,86	18,27	

18	Cigrons amb verdures				12
	Bacallà al forn amb amanida				4
	logurt de Ca l'Alzina				7
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	617,01	33,99	79,45	16,57	

DIJOUS

28	Mongeta verda amb patata				12
	Pollastre amb xampinyons				-
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	562,13	32,04	76,27	13,81	

5 "MEAT FREE DAY"	Crema de cigrons				12
	Espirals s/gluten amb salsa de verdures				6
	Taronja				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	746,57	19,42	144,07	9,00	

12	Mongeta verda amb tomàquet				-
	Hamburguesa pollastre a/pat. fregides i amanida				6,12
	logurt de Ca l'Alzina				7
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	700,22	33,19	78,22	25,80	

19	Menestra de verdures				-
	Pollastre amb patata al forn amb amanida				12
	Plàtan				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	619,47	34,68	81,22	16,50	

DIVENDRES

29	Llenties estofades				6 12
	Hamburguesa de vedella amb amanida				6,12
	Plàtan				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	695,16	30,14	74,91	28,93	

6	FESTIU - DIA DE LA CONSTITUCIÓ	
---	---	--

13 "MEAT FREE DAY"	Crema de cigrons				12
	Arròs amb verdures i bolets				-
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	684,76	17,41	128,53	10,21	

20	Crema de bolets				12
	Espirals s/gluten a la bolonyesa				6,9 10,1 12
	Neules i Torrons				S/P
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	813,90	22,42	136,94	18,52	





Menú Novembre-Desembre 2019



DILLUNS

25	Crema de carbassa				12
	Canelons de carn gratinats				1,3,6 7,9 10,11
	Taronja				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	742,16	26,80	102,30	23,41	

2	Coliflor amb patata				12
	Pollastre al forn amb amanida				-
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	575,57	32,37	75,89	15,51	

9	Macarrons a la bolonyesa (s/pebrot ni orenga)				1,3 6,12
	Lluç a la planxa amb amanida				4
	Raïm				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	760,49	35,60	121,60	13,20	

16 MEAT FREE DAY	Crema de pastanaga				12
	Espaguetis amb bolonyesa vegetal (s/pebrot ni orenga)				1,3
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	713,07	20,39	137,64	7,17	

DIMARTS

26	Arròs amb tomàquet				9,10 11
	Lluç a la planxa amb amanida				4
	logurt de Ca l'Alzina				7
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	661,14	31,90	103,43	12,02	

3	Sopa de lletres				1,3,6 7,12
	Mandonguilles de peix a la jardineria (s/pebrot)				1,3,4 7,12 14
	Raïm				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	623.48	27.00	101.54	10.88	

10	Patates guisades amb verdures (s/pebrot)				12
	Rodó de vedella amb salsa (s/pebrot)				-
	Taronja				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	658,35	33,70	87,01	18,56	

17	Arròs amb verdures				-
	Costella de porc amb amanida				-
	Poma				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	843,92	30,88	114,30	28,19	

DIMECRES

27	Trinxat de la Cerdanya				12
	Rodó de llom amb salsa (s/pebrot) i amanida				-
	Pera				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	666,04	36,76	83,87	19,82	

4	Purè de patata				7 12
	Llibrets de llom amb amanida				1,6 7
	logurt de Ca l'Alzina				7
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	696,73	28,86	83,53	26,10	

11	Llenties amb verdures (s/pebrot)				-
	Truita d'espínacs amb amanida				3
	Pera				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	633,17	21,61	91,40	17,34	

18	Cigrons amb verdures				12
	Bacallà al forn amb amanida				4
	Iogurt de Ca l'Alzina				7
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	617,01	33,99	79,45	16,57	

DIJOUS

28	Mongeta verda amb patata				12
	Pollastre amb xampinyons				-
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	562,13	32,04	76,27	13,81	

5 "MEAT FREE DAY"	Crema de cigrons				12
	Espirals amb salsa de verdures (s/pebrot)				1,3
	Taronja				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	738,57	22,46	140,07	8,36	

12	Mongeta verda amb tomàquet				-
	Hamburguesa pollastre a/pat. fregides i amanida				6,12
	logurt de Ca l'Alzina				7
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	550,26	28,32	43,12	27,07	

19	Menestra de verdures				-
	Pollastre amb patata al forn amb amanida				12
	Plàtan				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	619,47	34,68	81,22	16,50	

DIVENDRES

29	Llenties amb verdures (s/pebrot)				-
	Truita de carbassó amb amanida				3
	Plàtan				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	625,87	21,08	91,41	16,90	

6	FESTIU - DIA DE LA CONSTITUCIÓ				
---	--	--	--	--	--

13 "MEAT FREE DAY"	Crema de cigrons				12
	Arròs amb verdures i bolets (s/pebrot)				-
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	684,76	17,41	128,53	10,21	

20	Crema de bolets				12
	Canelons de carn gratinats				1,3, 7,9, 10,1
	Neules i Torrons				S/P
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	836,07	31,29	101,09	32,54	





Menú Novembre-Desembre 2019



DILLUNS

25	Crema de carbassa				12
	Canelons de carn gratinats				1,3,6 7,9 10,11
	Taronja				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	742,16	26,80	102,30	23,41	

2	Coliflor amb patata				12
	Pollastre al forn amb amanida				-
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	575,57	32,37	75,89	15,51	

9	Macarrons a la bolonyesa				1,3,6 9,10 11,12
	Truita de patates amb amanida				3
	Raïm				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	815.37	23.60	130.60	20.31	

16 "MEAT FREE DAY"	Crema de pastanaga				12
	Espaguetis amb bolonyesa vegetal				1,3,9 10,11
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	713.07	20.39	137.64	7.17	

DIMARTS

26	Arròs a la cassola				6 12
	Salsitxes a la planxa amb amanida				6,12
	logurt de Ca l'Alzina				7
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	944,28	36,30	101,86	42,27	

3	Sopa de lletres				1,3,6 7,12
	Mandonguilles de carn a la jardineria				6,12
	Raïm				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	642.63	28.20	89.90	17.79	

10	Patates guisades amb verdures				12
	Rodó de vedella amb salsa				-
	Taronja				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	658.35	33.70	87.01	18.56	

17	Arròs amb verdures				-
	Costella de porc amb amanida				-
	Poma				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	798.66	27.70	107.47	27.58	

DIMECRES

27	Trinxat de la Cerdanya				12
	Rodó de llom amb salsa i amanida				-
	Pera				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	666,04	36,76	83,87	19,82	

4	Purè de patata				7 12
	Llibrets de llom amb amanida				1,6 7
	logurt de Ca l'Alzina				7
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	696.73	28.86	83.53	26.10	

11	Llenties estofades				6,12
	Truita d'espínacs amb amanida				3
	Pera				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	665.24	23.37	84.86	23.46	

18	Cigrons amb verdures				12
	Truita francesa amb amanida				3
	logurt de Ca l'Alzina				7
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	675.64	24.67	82.75	25.58	

DIJOUS

28	Mongeta verda amb patata				12
	Pollastre amb xampinyons				-
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	562,13	32,04	76,27	13,81	

5 "MEAT FREE DAY"	Crema de cigrons				12
	Espirals amb salsa de verdures i fruits secs				1,3,5 6,7,8 11
	Taronja				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
	790,78	24,89	138,03	13,88	

12	Mongeta verda amb tomàquet				-
	Hamburguesa pollastre a/pat. fregides i amanida				6,12
	logurt de Ca l'Alzina				7
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	700.22	33.19	78.22	25.80	

19	Menestra de verdures				-
	Pollastre amb patata al forn amb amanida				12
	Plàtan				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	619.47	34.68	81.22	16.50	

DIVENDRES

29	Llenties estofades				6 12
	Truita de carbassó amb amanida				3
	Plàtan				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	657,94	22,84	84,87	23,02	

6	FESTIU - DIA DE LA CONSTITUCIÓ				
---	--	--	--	--	--

13 "MEAT FREE DAY"	Crema de cigrons				12
	Arròs amb verdures i bolets				-
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	684.76	17.41	128.53	10.21	

20	Crema de bolets				12
	Canelons de carn gratinats				1,3,6,7,9,10,11
	Neules i Torrons				S/P
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	836.07	31.29	101.09	32.54	





Menú Novembre-Desembre 2019



DILLUNS

25

"MEAT FREE DAY"

Crema de carbassa				12
Canelons d'espinacs amb beixamel				1,3,7 9,10 11
Taronja				-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
713,43	21,22	104,77	20,91	

2

Coliflor amb patata				12
Pollastre al forn amb amanida				-
Mandarina				-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
575,57	32,37	75,89	15,51	

9

Macarrons a la bolonyesa de vedella				1,3,9 10,11 12
Lluç a la planxa amb amanida				4
Raïm				-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
760,39	35,80	121,60	13,10	

16

"MEAT FREE DAY"

Crema de pastanaga				12
Espaguetis amb bolonyesa vegetal				1,3,9 10,11
Mandarina				-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
713,07	20,39	137,64	7,17	

DIMARTS

26

Arròs amb tomàquet				9,10 11
Lluç a la planxa amb amanida				4
logurt de Ca l'Alzina				7
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
661,14	31,90	103,43	12,02	

3

Sopa casolana de lletres				1,3 12
Mandonguilles de peix a la jardineria				1,3,4 7,12 14
Raïm				-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
693,26	29,70	101,92	17,20	

10

Patates guisades amb verdures				12
Rodó de vedella amb salsa				-
Taronja				-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
658,35	33,70	87,01	18,56	

17

Arròs amb verdures				-
Pit de pollastre planxa amb amanida				-
Poma				-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
667,09	34,33	103,27	11,23	

DIMECRES

27

Trinxat de la Cerdanya (s/rosta)				12
Salsitxes de pollastre amb salsa i amanida				6,12
Pera				-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
699,88	29,46	81,67	27,80	

4

Puré de patata				7 12
Pollastre arrebossat amb amanida				1 12
iogurt de Ca l'Alzina				7
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
706,11	29,22	91,41	23,88	

11

Llenties amb verdures				-
Truita d'espinacs amb amanida				3
Pera				-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
633,17	21,61	91,40	17,34	

18

Cigrons amb verdures				12
Bacallà al forn amb amanida				4
iogurt de Ca l'Alzina				7
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
617,01	33,99	79,45	16,57	

DIJOUS

28

Mongeta verda amb patata				12
Pollastre amb xampinyons				-
Mandarina				-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
562,13	32,04	76,27	13,81	

5

"MEAT FREE DAY"

Crema de cigrons				12
Espirals amb salsa de verdures i fruits secs				1,3,5 6,7,8 11
Taronja				-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N.
790,78	24,89	138,03	13,88	

12

Mongeta verda amb tomàquet				-
Hamburguesa pollastre a/pat. fregides i amanida				6,12
logurt de Ca l'Alzina				7
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
700,22	33,19	78,22	25,80	

19

Menestra de verdures				-
Pollastre amb patata al forn amb amanida				12
Plàtan				-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
619,47	34,68	81,22	16,50	

DIVENDRES

29

Llenties amb verdures				
Truita de carbassó amb amanida				3
Plàtan				-
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
625,87	21,08	91,41	16,90	

6

FESTIU - DIA DE LA CONSTITUCIÓ				
--	--	--	--	--

13

"MEAT FREE DAY"

3 T	Crema de cigrons				12
	Arròs amb verdures i bolets				-
	Mandarina				-
	Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
	684,76	17,41	128,53	10,21	

20

Crema de bolets				12
Canelons d'espinacs amb beixamel				1,3, 9,10 11
Neules i Torrons				S/P
Energia (Kcal)	Prot. (g)	HC (g)	Lípids (g)	V.N
807,34	25,71	103,56	30,04	



Menú Novembre-Desembre 2019

Tipus de menú: Menú Sense Porc

Contingut en al·lèrgens (conté o pot contenir): gluten, crustacis, ou, peix, cacauets, soja, llet o lactosa, fruits de closca, api, mostassa, sèsam, sulfits, tramusos i/o mol·luscs.



Aquest menú pot contenir aliments al·lèrgens per aquells infants que presenten al·lèrgies i/o intoleràncies alimentàries



Servei de pa natural amb cada menú



Els àpats són elaborats diàriament



Enciam iceberg i tomàquet d'amanir. Cada dia variarà entre: remolatxa, pastanaga, olives verdes o negres, espàrrecs i blat de moro



La fruita que s'oferirà en aquests menús és: poma, plàtan, meló, pera i taronja.



"MEAT FREE DAY"

Alguns dies de cada mes tenim menús "Meat Free". Els llegums, cereals i fruits secs són una font de proteïnes saludable, vàlida i alternativa a les fonts d'origen animal.

PRODUCTES DE PROXIMITAT

1 dia a la setmana, els postres que oferirem seran de productors locals.



VALORACIÓ NUTRICIONAL

Montserrat Vidal Dulcet

(Dietista-Nutricionista ISS Puigcerdà)

nº col·legiada: CAT000259



AMB LA COL·LABORACIÓ DE:

Fundació Alícia

A MENJAR, S'APRÈN MENJANT,...

El nou pla de menús elaborat per la Fundació Alícia té com a objectiu unificar els serveis de menjadors escolars de l'Alt Urgell i la Cerdanya com a estratègia per tal de tenir productors locals i per facilitar la planificació de sopars a famílies amb fills a diferents centres educatius.

A la pàgina web:

www.mengemdaqui.cat

hi podeu trobar tota la informació relativa a aquest projecte.

Hi trobareu idees per a sopars en família, les receptes dels menús així com un enllaç de contacte per tot aquell suggeriment que tingueu.



ISS SALUD Y SERVICIOS SOCIO SANITARIOS
Carrer Jesús Serra Santamans, 7 | 08174
Sant Cugat del Vallès (Barcelona)
www.es.issworld.com