



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 FESTIU	2 cigrons guisats amb verdures filet de lluç al forn enciam, tomàquet i espàrrecs fruita de temporada pa <i>705 Kcal - 106 HC - 50 Prot - 10 Lip</i>	3 sopa de brou vegetal amb arròs hamburguesa vegetal patates fregides fruita de temporada pa integral <i>577 Kcal - 74 HC - 31 Prot - 19 Lip</i>	4 espaguetis a la napolitana truita de patates enciam i remolatxa iogurt de làctics Llúvia pa <i>867 Kcal - 122 HC - 25 Prot - 31 Lip</i>
7 crema de verdures llenties estofades amb verdures fruita de temporada pa <i>628 Kcal - 121 HC - 19 Prot - 6 Lip</i>	8 sopa de brou vegetal amb pasta i cigrons hamburguesa de quinoa enciam i blat de moro fruita de temporada pa integral <i>754 Kcal - 105 HC - 48 Prot - 18 Lip</i>	9 pèsols amb patata croquetes de bacallà enciam i olives negres iogurt de làctics Llúvia pa <i>867 Kcal - 104 HC - 26 Prot - 37 Lip</i>	10 paella marinera truita francesa enciam, tomàquet i api ratllat fruita de temporada pa integral <i>648 Kcal - 101 HC - 25 Prot - 10 Lip</i>	11 mongeta verda saltejada amb tomàquet peix al forn amb moniato ecològic fruita de temporada pa <i>640 Kcal - 81 HC - 36 Prot - 20 Lip</i>
14 crema de cigrons espirals amb salsa de tomàquet i formatge fruita de temporada pa <i>796 Kcal - 143 HC - 27 Prot - 13 Lip</i>	15 mongetes seques amb patata peix al forn amb salsa fruita de temporada pa integral <i>717 Kcal - 93 HC - 48 Prot - 19 Lip</i>	16 patates guisades amb verdures truita amb tonyina enciam i olives negres iogurt de làctics Llúvia pa <i>592 Kcal - 70 HC - 28 Prot - 22 Lip</i>	17 arròs 3 delícies (s/carn) hamburguesa vegetal al forn enciam, tomàquet i api ratllat fruita de temporada pa integral <i>719 Kcal - 110 HC - 26 Prot - 21 Lip</i>	18 fideus a la cassola amb verdures filet de lluç al forn enciam i olives verdes fruita de temporada pa <i>736 Kcal - 92 HC - 30 Prot - 25 Lip</i>
21 bròquil amb patata hamburguesa de llenties amb anelles de ceba arrebossades fruita de temporada pa <i>824 Kcal - 99 HC - 27 Prot - 37 Lip</i>	22 arròs amb tomàquet filet de lluç al forn enciam, tomàquet i espàrrecs iogurt de làctics Llúvia pa integral <i>757 Kcal - 96 HC - 40 Prot - 23 Lip</i>	23 crema de carbassó amb crostons de pa macarrons a la bolonyesa de soja fruita de temporada pa <i>627 Kcal - 111 HC - 18 Prot - 11 Lip</i>	24 sopa de brou vegetal amb pistons hamburguesa de quinoa enciam i remolatxa fruita de temporada pa integral <i>628 Kcal - 61 HC - 42 Prot - 26 Lip</i>	25 llenties guisades amb verdures truita d'espínacs enciam i api ratllat fruita de temporada pa <i>669 Kcal - 104 HC - 31 Prot - 15 Lip</i>
28 arròs amb tomàquet rotllets de primavera enciam i blat de moro fruita de temporada pa <i>799 Kcal - 113 HC - 27 Prot - 30 Lip</i>	29 puré de patata gratinat amb formatge hamburguesa de llenties al forn enciam i olives verdes iogurt de làctics Llúvia pa integral <i>557 Kcal - 57 HC - 30 Prot - 29 Lip</i>	30 cigrons guisats amb verdures filet de lluç al forn amb patata fruita de temporada pa <i>728 Kcal - 111 HC - 50 Prot - 10 Lip</i>		

Menú supervisat per:
Montserrat Vidal
Nutricionista Aramark
nº Col.: CAT000259

Podeu consultar la informació sobre la presència d'allergens a:

el gust de créixer
www.elgustdecreixer.cat