



| DILLUNS | | DIMARTS | | DIMECRES | | DIJOUS | | DIVENDRES | |
|---------|---|---------|--|----------|---|--------|--|-----------|--|
| | | | | 1 | crema de verdures <i>espaguetis s/gluten amb salsa de tomàquet i formatge</i> fruita de temporada <i>pa sense gluten</i> 673 Kcal - 121 HC - 21 Prot - 11 Lip | 2 | cigrons guisats amb verdures hamburguesa de pollastre al forn amb patata al caliu fruita de temporada <i>pa sense gluten</i> 851 Kcal - 111 HC - 49 Prot - 27 Lip | 3 | <i>sopa de peix amb pasta s/gluten</i> truita de carbassó enciam i olives negres fruita de temporada <i>pa sense gluten</i> 580 Kcal - 79 HC - 18 Prot - 20 Lip |
| 6 | arròs amb tomàquet <i>peix al forn amb salsa</i> fruita de temporada <i>pa sense gluten</i> 751 Kcal - 133 HC - 21 Prot - 15 Lip | 7 | puré de patata gratinat pollastre al forn enciam i api ratllat fruita de temporada <i>pa sense gluten</i> 593 Kcal - 74 HC - 45 Prot - 14 Lip | 8 | lleties guisades amb verdures lluç al forn enciam i remolatxa iogurt natural <i>pa sense gluten</i> 713 Kcal - 90 HC - 42 Prot - 22 Lip | 9 | <i>pasta s/gluten amb salsa de tomàquet i ceba</i> carn magra a la planxa amb patates fregides fruita de temporada <i>pa sense gluten</i> 789 Kcal - 108 HC - 39 Prot - 24 Lip | 10 | pèsols saltejats amb pernil truita de patates enciam i pastanaga fruita de temporada <i>pa sense gluten</i> 890 Kcal - 122 HC - 35 Prot - 31 Lip |
| 13 | crema de verdures arròs amb verdures i fruits secs fruita de temporada <i>pa sense gluten</i> 808 Kcal - 142 HC - 19 Prot - 19 Lip | 14 | <i>sopa de galets s/gluten</i> salsitxes de pollastre al forn enciam i olives verdes fruita de temporada <i>pa sense gluten</i> 668 Kcal - 79 HC - 25 Prot - 30 Lip | 15 | mongetes seques guisades amb verdures <i>salmó al forn</i> enciam i remolatxa iogurt natural <i>pa sense gluten</i> 937 Kcal - 101 HC - 49 Prot - 39 Lip | 16 | arròs de muntanya truita d'espínacs enciam i blat de moro fruita de temporada <i>pa sense gluten</i> 754 Kcal - 117 HC - 25 Prot - 21 Lip | 17 | mongeta verda amb tomàquet gall d'indi al forn amb salsa i patata a daus fruita de temporada <i>pa sense gluten</i> 639 Kcal - 84 HC - 32 Prot - 20 Lip |
| 20 | crema de cigrons amb verdures <i>canelons de carn gratinats amb beixamel (s/gluten)</i> fruita de temporada <i>pa sense gluten</i> 939 Kcal - 144 HC - 32 Prot - 26 Lip | 21 | trinxat de bròquil i patata pollastre al forn enciam i espàrrecs fruita de temporada <i>pa sense gluten</i> 697 Kcal - 76 HC - 46 Prot - 24 Lip | 22 | arròs 5 delícies truita francesa enciam i olives negres iogurt natural <i>pa sense gluten</i> 756 Kcal - 91 HC - 34 Prot - 26 Lip | 23 | patates guisades amb verdures rodó de pernil al forn fruita de temporada <i>pa sense gluten</i> 612 Kcal - 89 HC - 37 Prot - 14 Lip | 24 | <i>macarrons s/gluten a la bolonyesa</i> filet de lluç al forn enciam i pastanaga fruita de temporada <i>pa sense gluten</i> 704 Kcal - 107 HC - 38 Prot - 16 Lip |
| 27 | pèsols amb patata botifarra al forn amb mongetes seques fruita de temporada <i>pa sense gluten</i> 723 Kcal - 89 HC - 29 Prot - 29 Lip | 28 | arròs amb tomàquet filet de lluç al forn enciam i olives verdes iogurt natural <i>pa sense gluten</i> 709 Kcal - 97 HC - 37 Prot - 20 Lip | 29 | crema de carbassó <i>espirals s/gluten a la napolitana</i> fruita de temporada <i>pa sense gluten</i> 580 Kcal - 109 HC - 18 Prot - 7 Lip | 30 | <i>sopa de pasta s/gluten</i> truita de patates enciam i remolatxa fruita de temporada <i>pa sense gluten</i> 620 Kcal - 81 HC - 17 Prot - 28 Lip | 31 | cigrons guisats amb bacallà i ou dur pollastre al forn enciam i pastanaga fruita de temporada <i>pa sense gluten</i> 871 Kcal - 95 HC - 45 Prot - 31 Lip |

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