



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