



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

Menú supervisat per:
Montserrat Vidal
Nutricionista Aramark
n° Col.: CAT000259

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

el gust de créixer
www.elgustdecreixer.cat