



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 crema de verdures espaguetis amb salsa de tomàquet i formatge fruita de temporada pa 673 Kcal - 121 HC - 21 Prot - 11 Lip	2 cigrons guisats amb verdures <i>hamburguesa vegetal al forn</i> amb patata al caliu fruita de temporada pa integral 851 Kcal - 111 HC - 49 Prot - 27 Lip	3 <i>sopa vegetal de maravilla</i> truita de carbassó enciam i olives negres fruita de temporada pa 580 Kcal - 79 HC - 18 Prot - 20 Lip
6 arròs amb tomàquet <i>hamburguesa de quinoa amb salsa de verdures</i> fruita de temporada pa 751 Kcal - 133 HC - 21 Prot - 15 Lip	7 puré de patata gratinat <i>truita francesa</i> enciam i api ratllat fruita de temporada pa integral 593 Kcal - 74 HC - 45 Prot - 14 Lip	8 <i>mongeta verda amb patata</i> <i>lleties guisades amb verdures</i> enciam i remolatxa iogurt natural pa 713 Kcal - 90 HC - 42 Prot - 22 Lip	9 llacets amb salsa de tomàquet i ceba <i>hamburguesa de lleties al forn</i> amb patates fregides fruita de temporada pa integral 789 Kcal - 108 HC - 39 Prot - 24 Lip	10 <i>pèsols saltejats (s/pernil)</i> 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 <i>sopa de galets amb brou vegetal</i> <i>truita francesa</i> enciam i olives verdes fruita de temporada pa integral 668 Kcal - 79 HC - 25 Prot - 30 Lip	15 crema de verdures <i>mongetes seques guisades amb verdures</i> enciam i remolatxa iogurt natural pa 937 Kcal - 101 HC - 49 Prot - 39 Lip	16 <i>arròs amb passatge de verdures</i> truita d'espinaacs enciam i blat de moro fruita de temporada pa integral 754 Kcal - 117 HC - 25 Prot - 21 Lip	17 mongeta verda amb tomàquet <i>hamburguesa de quinoa</i> amb salsa i patata a daus fruita de temporada pa 639 Kcal - 84 HC - 32 Prot - 20 Lip
20 crema de cigrons amb verdures <i>pasta amb salsa de tomàquet i ceba</i> fruita de temporada pa 939 Kcal - 144 HC - 32 Prot - 26 Lip	21 <i>trinxat de bròquil i patata (s/carn)</i> <i>hamburguesa de quinoa al forn</i> enciam i espàrrecs fruita de temporada pa integral 697 Kcal - 76 HC - 46 Prot - 24 Lip	22 <i>arròs 3 delícies (s/carn ni peix/marisc)</i> truita francesa enciam i olives negres iogurt natural pa 756 Kcal - 91 HC - 34 Prot - 26 Lip	23 patates guisades amb verdures <i>hamburguesa de lleties al forn amb verdures saltejades</i> fruita de temporada pa integral 612 Kcal - 89 HC - 37 Prot - 14 Lip	24 <i>mongetes seques amb patata</i> <i>macarrons amb tomàquet</i> enciam i pastanaga fruita de temporada pa 704 Kcal - 107 HC - 38 Prot - 16 Lip
27 pèsols amb patata <i>truita francesa</i> amb mongetes seques fruita de temporada pa 723 Kcal - 89 HC - 29 Prot - 29 Lip	28 arròs amb tomàquet <i>truita francesa</i> enciam i olives verdes iogurt natural 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 <i>sopa de pistons amb brou vegetal</i> truita de patates enciam i remolatxa fruita de temporada pa integral 620 Kcal - 81 HC - 17 Prot - 28 Lip	31 <i>mongeta verda saltejada</i> <i>cigrons guisats amb verdures</i> enciam i pastanaga fruita de temporada pa 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](http://www.elgustdecreixer.cat)