

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

		1 637 Kcal 15,59 Gr 1,06 AGS 38,94 Prot 80,29 HC Coliflor i patata Pit de pollastre amb salsa d'ametlles 7T-9 Enciam i blat de moro Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	2 602 Kcal 30,38Gr 14,40 AGS 41,26 Prot 82,66 HC Mongetes seques ECO estofades Hamburguesa de vedella i porc a la planxa 13 Enciam i tomàquet Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	3 815 Kcal 17,31 Gr 2,12 AGS 37,13 Prot 122,25 HC Arròs amb tomàquet Filet de lluç enfarinat 1-4-8T-11T-12T Enciam i olives negres Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada
6 705 Kcal 29,30 Gr 12,90 AGS 27,27 Prot 78,90 HC Mongeta tendra, patata i pastanaga Salsitxes de porc a la planxa 13 Enciam i pastanaga ratllada Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	7 938 Kcal 33,37 Gr 4,89 AGS 27,89 Prot 123,08 HC Lenties estofades amb verdures Croquetes de espinacs 1-2T-3T-4T-5T-6T-7T-8T-9-10T-11T-12T-14T Enciam i blat de moro Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	8 799 Kcal 19,32 Gr 3,85 AGS 43,87 Prot 107,80 HC Espaguetis amb salsa de carbassa 1-3T-8T-11T Pollastre al curri amb poma 1T-7T-9T-10T-11T-12T-13T Enciam i tomàquet Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T logurt natural 2	9 681 Kcal 22,98Gr 3,95 AGS 35,73 Prot 79,70 HC Crema de verdures Filet de lluç al forn amb all i julivert 4 Patata fornera Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	10 828 Kcal 22,83 Gr 3,47 AGS 19,18 Prot 131,10 HC Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) 8 Truita de carbassó i patata 3 Enciam i olives negres Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada
13 699 Kcal 22,18 Gr 3,31 AGS 16,03 Prot 102,74 HC Crema de pastanaga Truita de patates 3 Enciam i olives negres Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	14 823 Kcal 16,01 Gr 1,85 AGS 45,86 Prot 111,71 HC Arròs amb tomàquet Salmó al forn 4 Enciam i blat de moro Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	15 41 Kcal 30,58 Gr 1,88 AGS 41,02 Prot 94,29 HC Pèsols amb patates Rodó de vedella al forn amb xampinyons Enciam i tomàquet(opcional) Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	16 603 Kcal 14,99Gr 1,97 AGS 46,51 Prot 110,11 HC Cigrons ECO estofats amb verdures Filet de lluç enfarinat 1-4-8T-11T-12T Enciam i pastanaga ratllada Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	17 862 Kcal 28,44 Gr 5,20 AGS 47,69 Prot 99,45 HC Tallarines amb verdures i salsa de soja 1-3T-8-11T Pollastre al forn Enciam i llavors de gira-sol 9 Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T logurt natural 2
20 684 Kcal 26,34 Gr 3,27 AGS 21,52 Prot 82,80 HC Crema de verdures Truita de carbassó i patata 3 Enciam i olives negres Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T logurt natural 2	21 1.077 Kcal 29,66 Gr 5,10 AGS 43,85 Prot 157,59 HC Macarrons integrals amb tomàquet 1-3T-8T-11T Formatge ratllat 2 Llom al forn amb salsa de poma Enciam i blat de moro Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	22 80 Kcal 18,57 Gr 4,06 AGS 44,67 Prot 81,64 HC Sopa de peix amb arròs integral 4 Pollastre al forn a les fines herbes Enciam i pastanaga ratllada Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	23 622 Kcal 14,04Gr 2,25 AGS 33,00 Prot 86,99 HC Bròquil i patata Gall d'indi estofat amb pastanaga, pèsols i xampinyons Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	24 790 Kcal 20,54 Gr 2,15 AGS 44,23 Prot 113,19 HC Cigrons estofats amb espinacs Bacallà amb samfaina 1-4-8T-11T-13T Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada
27 848 Kcal 19,09 Gr 2,82 AGS 31,64 Prot 134,99 HC Llaços integrals amb pesto 1-2-3-7T-8T-9-11T Estofat de sípia 6 Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	28 762 Kcal 17,97 Gr 2,73 AGS 18,83 Prot 128,54 HC Arròs amb xampinyons i tomàquet Truita francesa 3 Enciam i pastanaga ratllada Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	29 42 Kcal 10,60 Gr 1,26 AGS 58,54 Prot 88,43 HC Lenties estofades amb verdures Salmó al forn 4 Enciam i blat de moro Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	30 690 Kcal 21,54Gr 6,38 AGS 32,91 Prot 86,78 HC Mongeta tendra, patata i pastanaga Llom arrebossat 1-2-3-8T-11T-12T Enciam i tomàquet Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada	31 652 Kcal 24,06 Gr 4,54 AGS 37,20 Prot 67,84 HC Crema de pastanaga, carbassa i moniato Pollastre al forn amb castanyes i patates 9 Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T logurt natural 2

ALÈRGENOS (T-Trazas): 1-Gluten 2-Llet i derivats(inclou lactosa) 3-Ou 4-Peix 5-Crustacis 6-Mol·luscs 7-Cacaueu 8-Soja 9-Fruits secs de closca 10-Api 11-Mostassa 12-Sèsam 13-Sulfits 14-Tramussos

LA CUINA ES RESERVA EL DRET A FER UN CANVI A ÚLTIM MOMENT, AVISANT PER E-MAIL ALS CENTRES.
EN COMPLIMENT AL REGLAMENT NÚM. 1169/2011 (UE) SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, LA VOSTRA CUINA DISPOSA DE LA INFORMACIÓ SOBRE ELS AL·LÈRGENS DELS ALIMENTS QUE COMPONEN ELS MENÚS QUE S'ELABOREN.
PLAT CALENT: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ > o = 63°C. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < o = 8°C. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.