


## Dilluns

## Dimarts

## Dimecres

## Dijous

## Divendres

<p><b>2</b> 694 Kcal 13,3 Gr 2,0 AGS 31,4 Prot 107,0 HC</p> <p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Truita francesa <b>3</b></p> <p>Enciam i pastanaga ratllada Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruïta de temporada</p>	<p><b>3</b> 866 Kcal 22,9 Gr 2,7 AGS 52,0 Prot 98,4 HC</p> <p>Arròs amb tomàquet</p> <p>Salmó al forn amb salsa de pesto 2-3-4-7T-9</p> <p>Enciam i olives negres Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T logurt natural <b>2</b></p>	<p><b>4</b> 656 Kcal 21,5 Gr 6,4 AGS 31,1 Prot 81,4 HC</p> <p>Crema de pastanaga</p> <p>Llom arrebossat 1-2-3-8T-11T-12T</p> <p>Enciam i tomàquet Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruïta de temporada</p>	<p><b>5</b> 617 Kcal 11,7Gr 1,9 AGS 32,7 Prot 89,9 HC</p> <p>Bròquil i patata</p> <p>Gall d'indi estofat amb verdures</p> <p>Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruïta de temporada</p>	<p><b>6</b> 995 Kcal 24,9 Gr 5,9 AGS 50,0 Prot 139,3 HC</p> <p>Espirals amb tomàquet 1-3T-8T-11T Formatge ratllat <b>2</b> Pit de pollastre a la planxa amb salsa</p> <p>Enciam i llavors de carbassa <b>9</b> Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruïta de temporada</p>
<p><b>9</b> 708 Kcal 23,4 Gr 3,3 AGS 17,5 Prot 100,7 HC</p> <p>Crema de verdures</p> <p>Truita de patates <b>3</b></p> <p>Enciam i llavors de gira-sol <b>9</b> Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruïta de temporada</p>	<p><b>10</b> 1.106 Kcal 26,9 Gr 5,4 AGS 43,8 Prot 153,2 HC</p> <p>Pasta integral amb pesto 1-2-3-7T-8T-9-11T</p> <p>Filet de lluç amb patates i ceba cruixent 1-4</p> <p>Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruïta de temporada</p>	<p><b>11</b> 861 Kcal 30,8 Gr 1,7 AGS 35,5 Prot 108,0 HC</p> <p>Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) <b>8</b></p> <p>Rodó de vedella al forn amb xampinyons</p> <p>Enciam i olives negres(opcional) Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruïta de temporada</p>	<p><b>12</b> 762 Kcal 19,1Gr 4,9 AGS 45,1 Prot 95,7 HC</p> <p>Cigrons ECO estofats amb espinacs</p> <p>Pollastre amb salsa de taronja</p> <p>Enciam i pastanaga ratllada Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruïta de temporada</p>	<p><b>13</b></p> <p></p>
<p><b>16</b> 970 Kcal 35,5 Gr 4,9 AGS 29,6 Prot 124,0 HC</p> <p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Croquetes de espinacs 1-2T-3T-4T-5T-6T-7T-8T-9-10T-11T-12T-14T</p> <p>Enciam i llavors de gira-sol <b>9</b> Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruïta de temporada</p>	<p><b>17</b> 1.167 Kcal 39,4 Gr 18,0 AGS 44,4 Prot 157,6 HC</p> <p>Macarrons integrals amb tomàquet 1-3T-8T-11T</p> <p>Formatge ratllat <b>2</b> Hamburguesa de vedella i porc a la planxa <b>13</b></p> <p>Enciam i pastanaga ratllada Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruïta de temporada</p>	<p><b>18</b> 671 Kcal 15,7 Gr 2,3 AGS 48,0 Prot 71,8 HC</p> <p>Crema de carbassa i mongeta seca <b>13</b></p> <p>Salmó al forn amb salsa de pesto 2-3-4-7T-9</p> <p>Enciam i tomàquet Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruïta de temporada</p>	<p><b>19</b> 614 Kcal 11,7Gr 1,2 AGS 31,7 Prot 90,7 HC</p> <p>Coliflor i patata</p> <p>Gall d'indi estofat amb verdures</p> <p>Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruïta de temporada</p>	<p><b>20</b> 785 Kcal 23,7 Gr 3,0 AGS 23,0 Prot 115,0 HC</p> <p>Arròs amb tomàquet</p> <p>Truita francesa <b>3</b></p> <p>Enciam i olives negres Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T logurt natural <b>2</b></p>
<p><b>23</b> 640 Kcal 20,0 Gr 1,2 AGS 25,7 Prot 83,6 HC</p> <p>Crema de carbassó</p> <p>Ous al forn amb patates i tomàquet <b>3</b></p> <p>Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruïta de temporada</p>	<p><b>24</b> 745 Kcal 17,5 Gr 2,7 AGS 25,2 Prot 119,6 HC</p> <p>Arròs amb verdures i tomàquet</p> <p>Filet de lluç arrebossat 1-4-8T-11T-12T</p> <p>Enciam i llavors de carbassa <b>9</b> Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruïta de temporada</p>	<p><b>25</b> 626 Kcal 20,4 Gr 4,1 AGS 43,1 Prot 64,7 HC</p> <p>Sopa de peix amb pasta 1-2-3T-4-5-6T-8T-10-11T</p> <p>Pollastre al forn</p> <p>Enciam i pastanaga ratllada Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T logurt natural <b>2</b></p>	<p><b>26</b> 799 Kcal 38,3Gr 13,3 AGS 31,7 Prot 77,7 HC</p> <p>Trinxat de col amb patata</p> <p>Botifarra de porc <b>13</b></p> <p>Enciam i blat de moro Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruïta de temporada</p>	<p><b>27</b> 877 Kcal 23,8 Gr 4,1 AGS 39,2 Prot 115,1 HC</p> <p>Mongetes seques ECO estofades</p> <p>Broqueta de pollastre amb patates 1T-10T-11T-12T-13T</p> <p>Pa integral 1-2T-3T-8T-11T-12T Fruïta de temporada</p>

ALÈRGENOS (T-Trazas): 1-Gluten 2-Llet i derivats(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.