

## Dilluns

## Dimarts

## Dimecres

## Dijous

## Divendres

**2** 631 Kcal 12,1 Gr 0,0 AGS 28,5 Prot 97,3 HC  
Llenties estofades amb verdures 17  
Truita francesa 3  
Enciam i pastanaga ratllada 55  
Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**3** 772 Kcal 19,3 Gr 0,0 AGS 47,6 Prot 88,7 HC  
Arròs amb tomàquet  
Salmó al forn 25-4  
Enciam i olives negres 55  
Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T  
logurt natural sense lactosa 18-2

**4** 597 Kcal 19,5 Gr 0,0 AGS 28,3 Prot 74,0 HC  
Crema de pastanaga 99  
Llom arrebossat 15-1-2-3-8T-11T-12T  
Enciam i tomàquet 55  
Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**5** 561 Kcal 10,6Gr 0,0 AGS 29,7 Prot 81,7 HC  
Bròquil i patata 37  
Gall d'indi estofat amb verdures 21  
Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**6** 818 Kcal 17,9 Gr 0,0 AGS 42,2 Prot 119,1 HC  
Espirals amb tomàquet 26-1-3T-8T-11T  
Pit de pollastre a la planxa amb salsa  
Enciam i llavors de carbassa 55-9  
Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**9** 644 Kcal 21,2 Gr 0,0 AGS 15,9 Prot 91,5 HC  
Crema de verdures 99  
Truita de patates 64-3  
Enciam i llavors de gira-sol 55-9  
Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**10** 908 Kcal 17,1 Gr 0,0 AGS 36,8 Prot 134,1 HC  
Pasta integral amb tomàquet  
-1-3T-8T-11T  
Filet de lluç amb patates i ceba cruixent  
99-1-4  
Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**11** 783 Kcal 28,0 Gr 0,0 AGS 32,3 Prot 98,1 HC  
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) -8  
Rodó de vedella al forn amb xampinyons  
Enciam i olives negres(opcional) 55  
Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**12** 693 Kcal 17,4Gr 0,0 AGS 41,0 Prot 87,0 HC  
Cigrons ECO estofats amb espinacs 99  
Pollastre amb salsa de taronja 21  
Enciam i pastanaga ratllada 55  
Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**13**



**16** 898 Kcal 31,3 Gr 0,0 AGS 40,7 Prot 106,5 HC  
Llenties estofades amb verdures 17  
Finguers de pollastre (sense gluten, ou i llet) 21  
Enciam i llavors de gira-sol 55-9  
Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**17** 975 Kcal 31,0 Gr 0,0 AGS 37,0 Prot 135,8 HC  
Macarrons integrals amb tomàquet  
-1-3T-8T-11T  
Hamburguesa de vedella i porc a la planxa -13  
Enciam i pastanaga ratllada 55  
Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**18** 584 Kcal 12,6 Gr 0,0 AGS 42,2 Prot 64,0 HC  
Crema de carbassa i mongeta seca  
99-13  
Salmó al forn 25-4  
Enciam i tomàquet 55  
Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**19** 558 Kcal 10,6Gr 0,0 AGS 28,8 Prot 82,4 HC  
Coliflor i patata  
Gall d'indi estofat amb verdures 21  
Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**20** 724 Kcal 21,7 Gr 0,0 AGS 22,6 Prot 105,1 HC  
Arròs amb tomàquet  
Truita francesa 3  
Enciam i olives negres 55  
Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T  
logurt natural sense lactosa 18-2

**23** 582 Kcal 18,2 Gr 0,0 AGS 23,4 Prot 76,0 HC  
Crema de carbassó 99  
Ous al forn amb patates i tomàquet 26-3  
Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**24** 677 Kcal 15,9 Gr 0,0 AGS 22,9 Prot 108,7 HC  
Arròs amb verdures i tomàquet 27  
Filet de lluç arrebossat T-1-4-8T-11T-12T  
Enciam i llavors de carbassa 55-9  
Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**25** 602 Kcal 19,3 Gr 0,0 AGS 42,7 Prot 62,0 HC  
Sopa de peix amb pasta sense gluten i ou 87-4-8T  
Pollastre al forn 21  
Enciam i pastanaga ratllada 55  
Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T  
logurt natural sense lactosa 18-2

**26** 726 Kcal 34,9Gr 0,0 AGS 28,9 Prot 70,6 HC  
Trinxat de col amb patata 50  
Botifarra de porc 16-13  
Enciam i blat de moro 55  
Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**27** 797 Kcal 21,6 Gr 0,0 AGS 35,6 Prot 104,6 HC  
Mongetes seques ECO estofades 27  
Broqueta de pollastre amb patates  
21-1T-10T-11T-12T-13T  
Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T  
Fruita de temporada 19