

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				FESTIU
LLIURE DISPOSICIÓ	Mongeta tendra amb patata Hamburguesa vedella al forn⁶ Pastanaga i blat de moro Pa¹ i lacti⁷ Kcal: 784 Prot: 27g Lip: 33g HC: 84g	Cigrons ecològics amb verdures Truita francesa³ Tomàquet i olives Pa¹ i fruita Kcal: 755 Prot: 26g Lip: 24g HC: 90g	Arròs amb carn magra Salmó al forn⁴ Enciam i brots de soja⁶ Pa¹ i fruita ecològica Kcal: 800 Prot: 34g Lip: 31g HC: 90g	Crema de carbassó⁷ Pollastre al forn Enciam i pastanaga Pa¹ i fruita Kcal: 698 Prot: 35g Lip: 29g HC: 66g
Macarrons a la napolitana¹ Ventresca de lluç amb all i julivert⁴ Enciam i olives Pa¹ i lacti⁷ Kcal: 770 Prot: 32g Lip: 30g HC: 85g	Bledes amb patata Salsitxes de porc al forn¹² Arròs pilaf⁷ Pa¹ i fruita Kcal: 707 Prot: 29g Lip: 24g HC: 90g	Brou d'au amb pasta ecològica^{1,9} Estofat de gall d'indi Pastanaga i xampinyons Pa¹ i fruita Kcal: 568 Prot: 37g Lip: 19g HC: 58g	Llenties amb verdures Truita de carbassó³ Tomàquet i blat de moro Pa¹ i fruita Kcal: 688 Prot: 28g Lip: 26g HC: 85g	Arròs tres delícies^{3,6} (pèsols, truita, pernil dolç, pastanaga) Pit de pollastre arrebossat^{1,3,7} Enciam i espàrrecs Pa¹ i fruita ecològica Kcal: 780 Prot: 30g Lip: 20g HC: 100g
Crema de carbassa ecològica⁷ Truita de patates³ Enciam i olives Pa¹ i lacti⁷ Kcal: 700 Prot: 23g Lip: 27g HC: 82g	Espirals amb tomàquet¹ Hamburguesa de vedella⁶ Enciam i soja⁶ Pa¹ i fruita Kcal: 798 Prot: 28g Lip: 34g HC: 89g	Mongetes estofades Pollastre a l'ast Tomàquet i remolatxa Pa¹ i fruita ecològica Kcal: 785 Prot: 48g Lip: 30g HC: 72g	Brou d'au amb pistons^{1,9} Peix fresc segons mercat⁴ Patates caliu Pa¹ i fruita Kcal: 560 Prot: 27g Lip: 21g HC: 56g	Paella^{4,14} Llom al forn Pastanaga i cogombre Pa¹ i fruita Kcal: 820 Prot: 35g Lip: 34g HC: 89g
Espaguetis bolonyesa^{1,6} Lluç al forn⁴ Enciam i blat de moro Pa¹ i lacti⁷ Kcal: 732 Prot: 34g Lip: 26g HC: 83g	Llenties ecològiques estofades Contracuixa de pollastre al forn Tomàquet i brots de soja⁶ Pa¹ i fruita Kcal: 773 Prot: 48g Lip: 30g HC: 70g	Arròs amb tomàquet Fricandó de vedella Pastanaga i xampinyons Pa¹ i fruita Kcal: 820 Prot: 31g Lip: 31g HC: 100g	Crema de verdures⁷ Truita de patates³ Enciam i tomàquet Pa¹ i fruita Kcal: 698 Prot: 20g Lip: 31g HC: 76g	Sopa de peix^{1,4} Botifarra de porc¹² Patates dau fregides Pa¹ i fruita Kcal: 650 Prot: 35g Lip: 31g HC: 55g

Tots els àpats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de gira-sol alt oleic; una vegada a la setmana es serveix pa integral; en les cremes tenen l'opció d'afegir crostons.

AL·LÈRGENS: GLUTEN(1) ; CRUSTACI(2) ; OU(3) ; PEIX(4) ; CACAUETS(5) ; SOJA(6) ; LLET(7) ; FRUITS AMB CLOSCA(8) ; API(9) ; MOSTASA(10) ; SÈSAM(11) ; SULFITS(12) ; TRAMUSSOS(13) ; MOLUSCS(14)

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



FESTIU

4

LLIURE DISPOSICIÓ

5

Mongeta tendra amb patata
Hamburguesa vedella al forn⁶
Pastanaga i blat de moro
Pa i lacti⁷

Kcal: 784 **Prot:** 27g **Lip:** 33g **HC:** 84g

6

Cigrons ecològics amb verdures
Truita francesa³
Tomàquet i olives
Pa i fruita

Kcal: 755 **Prot:** 26g **Lip:** 24g **HC:** 90g

7

Arròs amb carn magra
Salmó al forn⁴
Enciam i brots de soja⁶
Pa i **fruita ecològica**

Kcal: 800 **Prot:** 34g **Lip:** 31g **HC:** 90g

8

Crema de carbassó⁷
Pollastre al forn
Enciam i pastanaga
Pa i fruita

Kcal: 698 **Prot:** 35g **Lip:** 29g **HC:** 66g

11

Macarrons S/gluten napolitana
Ventresca de lluç amb all i julivert⁴
Enciam i olives
Pa i lacti⁷

Kcal: 770 **Prot:** 32g **Lip:** 30g **HC:** 85g

12

Bledes amb patata
Salsitxes de porc al forn¹²
Arròs pilaf⁷
Pa i fruita

Kcal: 707 **Prot:** 29g **Lip:** 24g **HC:** 90g

13

Brou d'au amb pasta s/gluten⁹
Estofat de gall d'indi
Pastanaga i xampinyons
Pa i fruita

Kcal: 568 **Prot:** 37g **Lip:** 19g **HC:** 58g

14

Llenties amb verdures
Truita de carbassó³
Tomàquet i blat de moro
Pa i fruita

Kcal: 688 **Prot:** 28g **Lip:** 26g **HC:** 85g

15

Arròs tres delícies^{3,6}
(pèsols, truita, pernil dolç, pastanaga)
Pollastre arrebossat s/gluten
Enciam i espàrrecs
Pa i **fruita ecològica**

Kcal: 780 **Prot:** 30g **Lip:** 20g **HC:** 100g

18

Crema de carbassa ecològica⁷
Truita de patates³
Enciam i olives
Pa i lacti⁷

Kcal: 700 **Prot:** 23g **Lip:** 27g **HC:** 82g

19

Espirals s/gluten amb
tomàquet
Hamburguesa de vedella⁶
Enciam i soja⁶
Pa i fruita

Kcal: 798 **Prot:** 28g **Lip:** 34g **HC:** 89g

20

Mongetes estofades
Pollastre a l'ast
Tomàquet i remolatxa
Pa i **fruita ecològica**

Kcal: 785 **Prot:** 48g **Lip:** 30g **HC:** 72g

21

Brou d'au amb pasta s/gluten⁹
Peix fresc segons mercat⁴
Patates caliu
Pa i fruita

Kcal: 560 **Prot:** 27g **Lip:** 21g **HC:** 56g

22

Paella^{4,14}
Llom al forn
Pastanaga i cogombre
Pa i fruita

Kcal: 820 **Prot:** 35g **Lip:** 34g **HC:** 89g

25

Espaguetis s/gluten bolonyesa⁶
Lluç al forn⁴
Enciam i blat de moro
Pa i lacti⁷

Kcal: 732 **Prot:** 34g **Lip:** 26g **HC:** 83g

26

Llenties ecològiques estofades
Contracuixa de pollastre al forn
Tomàquet i brots de soja⁶
Pa i fruita

Kcal: 773 **Prot:** 48g **Lip:** 30g **HC:** 70g

27

Arròs amb tomàquet
Fricandó de vedella
Pastanaga i xampinyons
Pa i fruita

Kcal: 820 **Prot:** 31g **Lip:** 31g **HC:** 100g

28

Crema de verdures⁷
Truita de patates³
Enciam i tomàquet
Pa i fruita

Kcal: 698 **Prot:** 20g **Lip:** 31g **HC:** 76g

29

Sopa s/gluten de peix⁴
Botifarra de porc¹²
Patates dau fregides
Pa i fruita

Kcal: 650 **Prot:** 35g **Lip:** 31g **HC:** 55g

Tots els àpats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de gira-sol alt oleic; una vegada a la setmana es serveix pa integral; en les cremes tenen l'opció d'afegir crostons.

AL·LÈRGENS: GLUTEN(1) ; CRUSTACI(2) ; OU(3) ; PEIX(4) ; CACAUETS(5) ; SOJA(6) ; LLET(7) ; FRUITS AMB CLOSCA(8) ; API(9) ; MOSTASA(10) ; SÈSAM(11) ; SULFITS(12) ; TRAMUSSOS(13) ; MOLUSCS(14)

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



FESTIU

4

LLIURE DISPOSICIÓ

5

Mongeta tendra amb patata
Lluç al forn⁶
Pastanaga i blat de moro
Pa¹ i lacti⁷

Kcal: 784 **Prot:** 27g **Lip:** 33g **HC:** 84g

6

Cigrons ecològics amb verdures
Truita francesa³
Tomàquet i olives
Pa¹ i fruita

Kcal: 755 **Prot:** 26g **Lip:** 24g **HC:** 90g

7

Arròs amb verdures
Salmó al forn⁴
Enciam i brots de soja⁶
Pa¹ i **fruita ecològica**

Kcal: 800 **Prot:** 34g **Lip:** 31g **HC:** 90g

8

Crema de carbassó⁷
Hamburguesa de quinoa
Enciam i pastanaga
Pa¹ i fruita

Kcal: 698 **Prot:** 35g **Lip:** 29g **HC:** 66g

11

Macarrons a la napolitana¹
Ventresca de lluç amb all i julivert⁴
Enciam i olives
Pa¹ i lacti⁷

Kcal: 770 **Prot:** 32g **Lip:** 30g **HC:** 85g

12

Bledes amb patata
Truita francesa³
Arròs pilaf⁷
Pa¹ i fruita

Kcal: 707 **Prot:** 29g **Lip:** 24g **HC:** 90g

13

Brou d'au amb **pasta ecològica**^{1,9}
Orada al forn
Pastanaga i xampinyons
Pa¹ i fruita

Kcal: 568 **Prot:** 37g **Lip:** 19g **HC:** 58g

14

Llenties amb verdures
Truita de carbassó³
Tomàquet i blat de moro
Pa¹ i fruita

Kcal: 688 **Prot:** 28g **Lip:** 26g **HC:** 85g

15

Arròs tres delícies^{3,6}
(pèsols, truita, pernil dolç, pastanaga)
Bacallà al forn⁴
Enciam i espàrrecs
Pa¹ i **fruita ecològica**

Kcal: 780 **Prot:** 30g **Lip:** 20g **HC:** 100g

18

Crema de carbassa ecològica⁷
Truita de patates³
Enciam i olives
Pa¹ i lacti⁷

Kcal: 700 **Prot:** 23g **Lip:** 27g **HC:** 82g

19

Espirals amb tomàquet¹
Hamburguesa de quinoa⁶
Enciam i soja⁶
Pa¹ i fruita

Kcal: 798 **Prot:** 28g **Lip:** 34g **HC:** 89g

20

Mongetes estofades amb
verdures
Truita francesa
Tomàquet i remolatxa
Pa¹ i **fruita ecològica**

Kcal: 785 **Prot:** 48g **Lip:** 30g **HC:** 72g

21

Brou d'au amb pistons^{1,9}
Peix fresc segons mercat⁴
Patates caliu
Pa¹ i fruita

Kcal: 560 **Prot:** 27g **Lip:** 21g **HC:** 56g

22

Paella^{4,14}
Seità a la planxa
Pastanaga i cogombre
Pa¹ i fruita

Kcal: 820 **Prot:** 35g **Lip:** 34g **HC:** 89g

25

Espaguetis amb tomàquet¹
Lluç al forn⁴
Enciam i blat de moro
Pa¹ i lacti⁷

Kcal: 732 **Prot:** 34g **Lip:** 26g **HC:** 83g

26

**Llenties ecològiques amb
verdures**
Salmó al forn
Tomàquet i brots de soja⁶
Pa¹ i fruita

Kcal: 773 **Prot:** 48g **Lip:** 30g **HC:** 70g

27

Arròs amb tomàquet
Bacallà al forn
Pastanaga i xampinyons
Pa¹ i fruita

Kcal: 820 **Prot:** 31g **Lip:** 31g **HC:** 100g

28

Crema de verdures⁷
Truita de patates³
Enciam i tomàquet
Pa¹ i fruita

Kcal: 698 **Prot:** 20g **Lip:** 31g **HC:** 76g

29

Sopa de peix^{1,4}
Tonyina al forn¹²
Patates dau fregides
Pa¹ i fruita

Kcal: 650 **Prot:** 35g **Lip:** 31g **HC:** 55g

Tots els àpats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de gira-sol alt oleic; una vegada a la setmana es serveix pa integral; en les cremes tenen l'opció d'afegir crostons.

AL·LÈRGENS: GLUTEN(1) ; CRUSTACI(2) ; OU(3) ; PEIX(4) ; CACAUETS(5) ; SOJA(6) ; LLET(7) ; FRUITS AMB CLOSCA(8) ; API(9) ; MOSTASA(10) ; SÈSAM(11) ; SULFITS(12) ; TRAMUSSOS(13) ; MOLUSCS(14)

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIOUS

DIVENDRES

1

2

3

4

5

FESTIU

4

LLIURE DISPOSICIÓ

5

Mongeta tendra amb patata
Hamburguesa vedella al forn⁶
Pastanaga i blat de moro
Pa¹ i postre de soja⁶

Kcal: 784 Prot: 27g Lip: 33g HC: 84g

6

Cigrons ecològics amb verdures
Truita francesa³
Tomàquet i olives
Pa¹ i fruita

Kcal: 755 Prot: 26g Lip: 24g HC: 90g

7

Arròs amb carn magra
Salmó al forn⁴
Enciam i brots de soja⁶
Pa¹ i fruita ecològica

Kcal: 800 Prot: 34g Lip: 31g HC: 90g

8

Crema de carbassó
Pollastre al forn
Enciam i pastanaga
Pa¹ i fruita

Kcal: 698 Prot: 35g Lip: 29g HC: 66g

11

Macarrons a la napolitana¹
Ventresca de lluç amb all i julivert⁴
Enciam i olives
Pa¹ i postre de soja⁶

Kcal: 770 Prot: 32g Lip: 30g HC: 85g

12

Bledes amb patata
Salsitxes de porc al forn¹²
Arròs pilaf
Pa¹ i fruita

Kcal: 707 Prot: 29g Lip: 24g HC: 90g

13

Brou d'au amb pasta ecològica^{1,9}
Estofat de gall d'indi
Pastanaga i xampinyons
Pa¹ i fruita

Kcal: 568 Prot: 37g Lip: 19g HC: 58g

14

Llenties amb verdures
Truita de carbassó³
Tomàquet i blat de moro
Pa¹ i fruita

Kcal: 688 Prot: 28g Lip: 26g HC: 85g

15

Arròs tres delícies^{3,6}
(pèsols, truita, pernil dolç, pastanaga)
Pollastre arrebossat s/lactosa
Enciam i espàrrecs
Pa¹ i fruita ecològica

Kcal: 780 Prot: 30g Lip: 20g HC: 100g

18

Crema de carbassa ecològica
Truita de patates³
Enciam i olives
Pa¹ i postre de soja⁶

Kcal: 700 Prot: 23g Lip: 27g HC: 82g

19

Espirals amb tomàquet¹
Hamburguesa de vedella⁶
Enciam i soja⁶
Pa¹ i fruita

Kcal: 798 Prot: 28g Lip: 34g HC: 89g

20

Mongetes estofades
Pollastre a l'ast
Tomàquet i remolatxa
Pa¹ i fruita ecològica

Kcal: 785 Prot: 48g Lip: 30g HC: 72g

21

Brou d'au amb pistons^{1,9}
Peix fresc segons mercat⁴
Patates caliu
Pa¹ i fruita

Kcal: 560 Prot: 27g Lip: 21g HC: 56g

22

Paella^{4,14}
Llom al forn
Pastanaga i cogombre
Pa¹ i fruita

Kcal: 820 Prot: 35g Lip: 34g HC: 89g

25

Espaguetis bolonyesa^{1,6}
Lluç al forn⁴
Enciam i blat de moro
Pa¹ i postre de soja⁶

Kcal: 732 Prot: 34g Lip: 26g HC: 83g

26

Llenties ecològiques estofades
Contracuixa de pollastre al forn
Tomàquet i brots de soja⁶
Pa¹ i fruita

Kcal: 773 Prot: 48g Lip: 30g HC: 70g

27

Arròs amb tomàquet
Fricandó de vedella
Pastanaga i xampinyons
Pa¹ i fruita

Kcal: 820 Prot: 31g Lip: 31g HC: 100g

28

Crema de verdures
Truita de patates³
Enciam i tomàquet
Pa¹ i fruita

Kcal: 698 Prot: 20g Lip: 31g HC: 76g

29

Sopa de peix^{1,4}
Botifarra de porc¹²
Patates dau fregides
Pa¹ i fruita

Kcal: 650 Prot: 35g Lip: 31g HC: 55g

Tots els àpats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de gira-sol alt oleic; una vegada a la setmana es serveix pa integral; en les cremes tenen l'opció d'afegir crostons.

AL·LÈRGENS: GLUTEN(1); CRUSTACI(2); OU(3); PEIX(4); CACAUETS(5); SOJA(6); LLET(7); FRUITS AMB CLOSCA(8); API(9); MOSTASA(10); SÈSAM(11); SULFITS(12); TRAMUSSOS(13); MOLUSCS(14)

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



FESTIU

4

LLIURE DISPOSICIÓ

5

Mongeta tendra amb patata
Hamburguesa vedella al forn⁶
Pastanaga i blat de moro
Pa¹ i lacti⁷

Kcal: 784 **Prot:** 27g **Lip:** 33g **HC:** 84g

6

Cigrons ecològics amb verdures
Truita francesa³
Tomàquet i olives
Pa¹ i fruita

Kcal: 755 **Prot:** 26g **Lip:** 24g **HC:** 90g

7

Arròs amb pollastre
Salmó al forn⁴
Enciam i brots de soja⁶
Pa¹ i **fruita ecològica**

Kcal: 800 **Prot:** 34g **Lip:** 31g **HC:** 90g

8

Crema de carbassó⁷
Pollastre al forn
Enciam i pastanaga
Pa¹ i fruita

Kcal: 698 **Prot:** 35g **Lip:** 29g **HC:** 66g

11

Macarrons a la napolitana¹
Ventresca de lluç amb all i julivert⁴
Enciam i olives
Pa¹ i lacti⁷

Kcal: 770 **Prot:** 32g **Lip:** 30g **HC:** 85g

12

Bledes amb patata
Salsitxes de pollastre al forn¹²
Arròs pilaf⁷
Pa¹ i fruita

Kcal: 707 **Prot:** 29g **Lip:** 24g **HC:** 90g

13

Brou d'au amb **pasta ecològica**^{1,9}
Estofat de gall d'indi
Pastanaga i xampinyons
Pa¹ i fruita

Kcal: 568 **Prot:** 37g **Lip:** 19g **HC:** 58g

14

Llenties amb verdures
Truita de carbassó³
Tomàquet i blat de moro
Pa¹ i fruita

Kcal: 688 **Prot:** 28g **Lip:** 26g **HC:** 85g

15

Arròs tres delícies^{3,6}
(pèsols, truita, pernil dolç, pastanaga)
Pit de pollastre arrebossat^{1,3,7}
Enciam i espàrrecs
Pa¹ i **fruita ecològica**

Kcal: 780 **Prot:** 30g **Lip:** 20g **HC:** 100g

18

Crema de carbassa ecològica⁷
Truita de patates³
Enciam i olives
Pa¹ i lacti⁷

Kcal: 700 **Prot:** 23g **Lip:** 27g **HC:** 82g

19

Espirals amb tomàquet¹
Hamburguesa de vedella⁶
Enciam i soja⁶
Pa¹ i fruita

Kcal: 798 **Prot:** 28g **Lip:** 34g **HC:** 89g

20

Mongetes estofades
Pollastre a l'ast
Tomàquet i remolatxa
Pa¹ i **fruita ecològica**

Kcal: 785 **Prot:** 48g **Lip:** 30g **HC:** 72g

21

Brou d'au amb pistons^{1,9}
Peix fresc segons mercat⁴
Patates caliu
Pa¹ i fruita

Kcal: 560 **Prot:** 27g **Lip:** 21g **HC:** 56g

22

Paella^{4,14}
Gall d'indi a la planxa
Pastanaga i cogombre
Pa¹ i fruita

Kcal: 820 **Prot:** 35g **Lip:** 34g **HC:** 89g

25

Espaguetis bolonyesa^{1,6}
Lluç al forn⁴
Enciam i blat de moro
Pa¹ i lacti⁷

Kcal: 732 **Prot:** 34g **Lip:** 26g **HC:** 83g

26

Llenties ecològiques estofades
Contracuixa de pollastre al forn
Tomàquet i brots de soja⁶
Pa¹ i fruita

Kcal: 773 **Prot:** 48g **Lip:** 30g **HC:** 70g

27

Arròs amb tomàquet
Fricandó de vedella
Pastanaga i xampinyons
Pa¹ i fruita

Kcal: 820 **Prot:** 31g **Lip:** 31g **HC:** 100g

28

Crema de verdures⁷
Truita de patates³
Enciam i tomàquet
Pa¹ i fruita

Kcal: 698 **Prot:** 20g **Lip:** 31g **HC:** 76g

29

Sopa de peix^{1,4}
Salsitxes de pollastre¹²
Patates dau fregides
Pa¹ i fruita

Kcal: 650 **Prot:** 35g **Lip:** 31g **HC:** 55g

Tots els àpats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de gira-sol alt oleic; una vegada a la setmana es serveix pa integral; en les cremes tenen l'opció d'afegir crostons.

AL·LÈRGENS: GLUTEN(1) ; CRUSTACI(2) ; OU(3) ; PEIX(4) ; CACAUETS(5) ; SOJA(6) ; LLET(7) ; FRUITS AMB CLOSCA(8) ; API(9) ; MOSTASA(10) ; SÈSAM(11) ; SULFITS(12) ; TRAMUSSOS(13) ; MOLUSCS(14)

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



FESTIU

4

LLIURE DISPOSICIÓ

5

Mongeta tendra amb patata
Hamburguesa vedella al forn⁶
Pastanaga i blat de moro
Pa¹ i lacti⁷

Kcal: 784 **Prot:** 27g **Lip:** 33g **HC:** 84g

6

Cigrons ecològics amb verdures
Llom a la planxa
Tomàquet i olives
Pa¹ i fruita

Kcal: 755 **Prot:** 26g **Lip:** 24g **HC:** 90g

7

Arròs amb carn magra
Salmó al forn⁴
Enciam i brots de soja⁶
Pa¹ i **fruita ecològica**

Kcal: 800 **Prot:** 34g **Lip:** 31g **HC:** 90g

8

Crema de carbassó⁷
Pollastre al forn
Enciam i pastanaga
Pa¹ i fruita

Kcal: 698 **Prot:** 35g **Lip:** 29g **HC:** 66g

11

Macarrons a la napolitana¹
Ventresca de lluç amb all i julivert⁴
Enciam i olives
Pa¹ i lacti⁷

Kcal: 770 **Prot:** 32g **Lip:** 30g **HC:** 85g

12

Bledes amb patata
Salsitxes de porc al forn¹²
Arròs pilaf⁷
Pa¹ i fruita

Kcal: 707 **Prot:** 29g **Lip:** 24g **HC:** 90g

13

Brou d'au amb **pasta ecològica**^{1,9}
Estofat de gall d'indi
Pastanaga i xampinyons
Pa¹ i fruita

Kcal: 568 **Prot:** 37g **Lip:** 19g **HC:** 58g

14

Llenties amb verdures
Hamburguesa de vedella⁶
Tomàquet i blat de moro
Pa¹ i fruita

Kcal: 688 **Prot:** 28g **Lip:** 26g **HC:** 85g

15

Arròs tres delícies^{3,6}
(pèsols, fruita, pernil dolç, pastanaga)
Pit de pollastre arrebossat^{1,3,7}
Enciam i espàrrecs
Pa¹ i **fruita ecològica**

Kcal: 780 **Prot:** 30g **Lip:** 20g **HC:** 100g

18

Crema de carbassa ecològica⁷
Gall d'indi a la planxa³
Enciam i olives
Pa¹ i lacti⁷

Kcal: 700 **Prot:** 23g **Lip:** 27g **HC:** 82g

19

Espirals amb tomàquet¹
Hamburguesa de vedella⁶
Enciam i soja⁶
Pa¹ i fruita

Kcal: 798 **Prot:** 28g **Lip:** 34g **HC:** 89g

20

Mongetes estofades
Pollastre a l'ast
Tomàquet i remolatxa
Pa¹ i **fruita ecològica**

Kcal: 785 **Prot:** 48g **Lip:** 30g **HC:** 72g

21

Brou d'au amb pistons^{1,9}
Peix fresc segons mercat⁴
Patates caliu
Pa¹ i fruita

Kcal: 560 **Prot:** 27g **Lip:** 21g **HC:** 56g

22

Paella^{4,14}
Salmó al forn
Pastanaga i cogombre
Pa¹ i fruita

Kcal: 820 **Prot:** 35g **Lip:** 34g **HC:** 89g

25

Espaguetis bolonyesa^{1,6}
Lluç al forn⁴
Enciam i blat de moro
Pa¹ i lacti⁷

Kcal: 732 **Prot:** 34g **Lip:** 26g **HC:** 83g

26

Llenties ecològiques estofades
Contracuixa de pollastre al forn
Tomàquet i brots de soja⁶
Pa¹ i fruita

Kcal: 773 **Prot:** 48g **Lip:** 30g **HC:** 70g

27

Arròs amb tomàquet
Fricandó de vedella
Pastanaga i xampinyons
Pa¹ i fruita

Kcal: 820 **Prot:** 31g **Lip:** 31g **HC:** 100g

28

Crema de verdures⁷
Llobarro al forn⁴
Enciam i tomàquet
Pa¹ i fruita

Kcal: 698 **Prot:** 20g **Lip:** 31g **HC:** 76g

29

Sopa de peix^{1,4}
Botifarra de porc¹²
Patates dau fregides
Pa¹ i fruita

Kcal: 650 **Prot:** 35g **Lip:** 31g **HC:** 55g

Tots els àpats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de gira-sol alt oleic; una vegada a la setmana es serveix pa integral; en les cremes tenen l'opció d'afegir crostons.

AL·LÈRGENS: GLUTEN(1) ; CRUSTACI(2) ; OU(3) ; PEIX(4) ; CACAUETS(5) ; SOJA(6) ; LLET(7) ; FRUITS AMB CLOSCA(8) ; API(9) ; MOSTASA(10) ; SÈSAM(11) ; SULFITS(12) ; TRAMUSSOS(13) ; MOLUSCS(14)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				FESTIU
LLIURE DISPOSICIÓ	Mongeta tendra amb patata Hamburguesa vedella al forn⁶ Pastanaga i blat de moro Pa¹ i lacti⁷ Kcal: 784 Prot: 27g Lip: 33g HC: 84g	Cigrons ecològics amb verdures Truita francesa³ Tomàquet i olives Pa¹ i fruita Kcal: 755 Prot: 26g Lip: 24g HC: 90g	Arròs amb carn magra Llom a la planxa Enciam i brots de soja⁶ Pa¹ i fruita ecològica Kcal: 800 Prot: 34g Lip: 31g HC: 90g	Crema de carbassó⁷ Pollastre al forn Enciam i pastanaga Pa¹ i fruita Kcal: 698 Prot: 35g Lip: 29g HC: 66g
Macarrons a la napolitana¹ Hamburguesa de vedella⁶ Enciam i olives Pa¹ i lacti⁷ Kcal: 770 Prot: 32g Lip: 30g HC: 85g	Bledes amb patata Salsitxes de porc al forn¹² Arròs pilaf⁷ Pa¹ i fruita Kcal: 707 Prot: 29g Lip: 24g HC: 90g	Brou d'au amb pasta ecològica^{1,9} Estofat de gall d'indi Pastanaga i xampinyons Pa¹ i fruita Kcal: 568 Prot: 37g Lip: 19g HC: 58g	Llenties amb verdures Truita de carbassó³ Tomàquet i blat de moro Pa¹ i fruita Kcal: 688 Prot: 28g Lip: 26g HC: 85g	Arròs tres delícies^{3,6} (pèsols, truita, pernil dolç, pastanaga) Pit de pollastre arrebossat^{1,3,7} Enciam i espàrrecs Pa¹ i fruita ecològica Kcal: 780 Prot: 30g Lip: 20g HC: 100g
Crema de carbassa ecològica⁷ Truita de patates³ Enciam i olives Pa¹ i lacti⁷ Kcal: 700 Prot: 23g Lip: 27g HC: 82g	Espirals amb tomàquet¹ Hamburguesa de vedella⁶ Enciam i soja⁶ Pa¹ i fruita Kcal: 798 Prot: 28g Lip: 34g HC: 89g	Mongetes estofades Pollastre a l'ast Tomàquet i remolatxa Pa¹ i fruita ecològica Kcal: 785 Prot: 48g Lip: 30g HC: 72g	Brou d'au amb pistons^{1,9} Gall d'indi a la planxa Patates caliu Pa¹ i fruita Kcal: 560 Prot: 27g Lip: 21g HC: 56g	Paella de verdures Llom al forn Pastanaga i cogombre Pa¹ i fruita Kcal: 820 Prot: 35g Lip: 34g HC: 89g
Espaguetis bolonyesa^{1,6} Truita francesa³ Enciam i blat de moro Pa¹ i lacti⁷ Kcal: 732 Prot: 34g Lip: 26g HC: 83g	Llenties ecològiques estofades Contracuixa de pollastre al forn Tomàquet i brots de soja⁶ Pa¹ i fruita Kcal: 773 Prot: 48g Lip: 30g HC: 70g	Arròs amb tomàquet Fricandó de vedella Pastanaga i xampinyons Pa¹ i fruita Kcal: 820 Prot: 31g Lip: 31g HC: 100g	Crema de verdures⁷ Truita de patates³ Enciam i tomàquet Pa¹ i fruita Kcal: 698 Prot: 20g Lip: 31g HC: 76g	Sopa d'au^{1,9} Botifarra de porc¹² Patates dau fregides Pa¹ i fruita Kcal: 650 Prot: 35g Lip: 31g HC: 55g

Tots els àpats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de gira-sol alt oleic; una vegada a la setmana es serveix pa integral; en les cremes tenen l'opció d'afegir crostons.

AL·LÈRGENS: GLUTEN(1) ; CRUSTACI(2) ; OU(3) ; PEIX(4) ; CACAUETS(5) ; SOJA(6) ; LLET(7) ; FRUITS AMB CLOSCA(8) ; API(9) ; MOSTASA(10) ; SÈSAM(11) ; SULFITS(12) ; TRAMUSSOS(13) ; MOLUSCS(14)

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

2

3

4

5

FESTIU

4

LLIURE DISPOSICIÓ

5

Mongeta tendra amb patata
Pèsols saltejats amb ceba
Pastanaga i blat de moro
Pa¹ i postre de soja⁶

Kcal: 784 Prot: 27g Lip: 33g HC: 84g

6

Cigrons ecològics amb verdures
Col amb patata
Tomàquet i olives
Pa¹ i fruita

Kcal: 755 Prot: 26g Lip: 24g HC: 90g

7

Arròs amb verdures
Seità a la planxa
Enciam i brots de soja⁶
Pa¹ i fruita ecològica

Kcal: 800 Prot: 34g Lip: 31g HC: 90g

8

Crema de carbassó⁷
Hamburguesa de quinoa
Enciam i pastanaga
Pa¹ i fruita

Kcal: 698 Prot: 35g Lip: 29g HC: 66g

11

Macarrons a la napolitana¹
Hamburguesa de quinoa
Enciam i olives
Pa¹ i postre de soja⁶

Kcal: 770 Prot: 32g Lip: 30g HC: 85g

12

Bledes amb patata
Tofu a la planxa
Arròs pilaf
Pa¹ i fruita

Kcal: 707 Prot: 29g Lip: 24g HC: 90g

13

Brou de verdures amb pasta
ecològica^{1,9}
Cigrons amb verdures
Pa¹ i fruita

Kcal: 568 Prot: 37g Lip: 19g HC: 58g

14

Llenties amb verdures
Mongeta tendra amb patata
Tomàquet i blat de moro
Pa¹ i fruita

Kcal: 688 Prot: 28g Lip: 26g HC: 85g

15

Arròs amb verdures
Pèsols saltejats
Enciam i espàrrecs
Pa¹ i fruita ecològica

Kcal: 780 Prot: 30g Lip: 20g HC: 100g

18

Crema de carbassa ecològica⁷
Tofu a la planxa
Enciam i olives
Pa¹ i postre de soja⁶

Kcal: 700 Prot: 23g Lip: 27g HC: 82g

19

Espirals amb tomàquet¹
Hamburguesa de quinoa
Enciam i soja⁶
Pa¹ i fruita

Kcal: 798 Prot: 28g Lip: 34g HC: 89g

20

Mongetes estofades
Bledes amb patata
Tomàquet i remolatxa
Pa¹ i fruita ecològica

Kcal: 785 Prot: 48g Lip: 30g HC: 72g

21

Brou de verdures amb
pistons^{1,9}
Llenties amb arròs
Patates caliu
Pa¹ i fruita

Kcal: 560 Prot: 27g Lip: 21g HC: 56g

22

Arròs amb verdures
Seità a la planxa
Pastanaga i cogombre
Pa¹ i fruita

Kcal: 820 Prot: 35g Lip: 34g HC: 89g

25

Espaguetis amb tomàquet
Pèsols saltejats
Enciam i blat de moro
Pa¹ i postre de soja⁶

Kcal: 732 Prot: 34g Lip: 26g HC: 83g

26

Llenties ecològiques estofades
Mongeta tendra i patata
Tomàquet i brots de soja⁶
Pa¹ i fruita

Kcal: 773 Prot: 48g Lip: 30g HC: 70g

27

Arròs amb tomàquet
Tofu a la planxa
Pastanaga i xampinyons
Pa¹ i fruita

Kcal: 820 Prot: 31g Lip: 31g HC: 100g

28

Crema de verdures⁷
Cigrons amb verdures
Enciam i tomàquet
Pa¹ i fruita

Kcal: 698 Prot: 20g Lip: 31g HC: 76g

29

Sopa amb pasta i verdures
Hamburguesa de quinoa
Patates dau fregides
Pa¹ i fruita

Kcal: 650 Prot: 35g Lip: 31g HC: 55g

Tots els àpats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de gira-sol alt oleic; una vegada a la setmana es serveix pa integral; en les cremes tenen l'opció d'afegir crostons.

AL·LÈRGENS: GLUTEN(1); CRUSTACI(2); OU(3); PEIX(4); CACAUETS(5); SOJA(6); LLET(7); FRUITS AMB CLOSCA(8); API(9); MOSTASA(10); SÈSAM(11); SULFITS(12); TRAMUSSOS(13); MOLUSCS(14)

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

4

LLIURE DISPOSICIÓ

11

Crema de verdures
Carn d'au a la planxa
Pa i fruita

18

Lasanya de verdures
Mini hamburguesa d'au
Pa i fruita

25

Verdura amb patata
Vedella a la planxa
Pa i lacti

2

5

Purè de patates
Peix al forn
Pa i fruita

12

Pasta amb verdures
Peix al forn
Pa i fruita

19

Verdura amb patata
Peix a la planxa
Pa i fruita

26

Espaguetis de carbassó
amb formatge
Peix al forn
Pa i fruita

3

6

Verdura amb patata
Carn de xai a la planxa
Pa i fruita

13

Carbassó farcit
Rollets de pernil dolç
Pa¹ i fruita

20

Crema de xampinyons
Calamrjets a la planxa
Pa i fruita

27

Verdures amb patata
Croquetes de quinoa
Pa i fruita

4

7

Hummus
Truita de xampinyons
Pa i fruita

14

Verdura amb patata
Croquetes al gust
Pa i fruita

21

Mil fulles de patata i tonyina
Truita francesa
Pa i fruita

28

Arròs amb tomàquet
Salsitxes de porc
Pa i fruita

1

FESTIU

8

Verdures amb patata
Peix arrebossat
Pa i fruita

15

Amanida variada
Pizza de tonyina
Pa i fruita

22

Sopa amb fideus
Pa amb tomàquet i pernil
Pa i fruita

29

Amanida variada
Creps de pollastre i verdures
Pa i fruita

Tots els àpats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de gira-sol alt oleic; una vegada a la setmana es serveix pa integral; en les cremes tenen l'opció d'afegir crostons.

AL·LÈRGENS: GLUTEN(1); CRUSTACI(2); OU(3); PEIX(4); CACAUETS(5); SOJA(6); LLET(7); FRUITS AMB CLOSCA(8); API(9); MOSTASA(10); SÈSAM(11); SULFITS(12); TRAMUSSOS(13); MOLUSCS(14)