

## Dilluns

## Dimarts

## Dimecres

## Dijous

## Divendres



**4** 716 Kcal 33,9 Gr 0,0 AGS 23,2 Prot 77,3 HC  
Arròs integral amb verdures i tomàquet **27**  
Trita francesa amb formatge **18-2-3**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
logurt natural **18-2**

**5** 361 Kcal 14,4 Gr 0,0 AGS 22,4 Prot 36,1 HC  
Crema de carbassa (sense patata) **95**  
Filet de lluç al forn amb all i julivert **-4-13**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**6** 882 Kcal 40,8 Gr 0,0 AGS 30,7 Prot 97,2 HC  
Amanida de pasta **26-1-3T-4-8T-11T**  
Mandonguilles amb salsa de tomàquet **-8-13**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**7** 645 Kcal 34,5 Gr 0,0 AGS 25,5 Prot 56,9 HC  
Amanida grega **-2**  
Trita de espinacs i patata **34-3**  
Enciam i blat de moro  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**8** 612 Kcal 17,8 Gr 0,0 AGS 32,3 Prot 79,8 HC  
Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro i olives) **26**  
Pit de pollastre amb salsa **21**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**



**12** 878 Kcal 38,0 Gr 0,0 AGS 36,0 Prot 97,5 HC  
Pasta integral amb pesto **-1-2-3-7T-8T-9-11T-13**  
Salsitxes de porc a la planxa **15-13**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
logurt natural **18-2**

**13** 378 Kcal 17,8 Gr 0,0 AGS 26,1 Prot 30,1 HC  
Crema de carbassó (sense patata) **38**  
Gall d'indi a la planxa **21**  
xampinyons saltats **40-13**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**14** 424 Kcal 16,6 Gr 0,0 AGS 13,6 Prot 55,3 HC  
Crema de pastanaga (sense patata) **27**  
Trita francesa **3**  
Enciam i blat de moro  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**15** 613 Kcal 15,8 Gr 0,0 AGS 33,2 Prot 84,5 HC  
Arròs integral amb tomàquet **-13**  
Pernillets de pollastre a l'allet **66**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**18** 642 Kcal 20,7 Gr 0,0 AGS 31,3 Prot 82,5 HC  
Pasta amb salsa a elecció **T-1-3T-8T-11T**  
Filet de lluç al forn amb all i julivert **-4-13**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**19** 768 Kcal 27,2 Gr 0,0 AGS 36,3 Prot 91,5 HC  
Arròs amb xampinyons i tomàquet **-13**  
Llom a la planxa amb salsa **15**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**20** 406 Kcal 13,6 Gr 0,0 AGS 33,9 Prot 38,1 HC  
Enciam, cogombre i tomàquet  
Pollastre arrebossat **18-1-2-3-8T-11T-12T**  
Enciam i blat de moro  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**21** 446 Kcal 16,6 Gr 0,0 AGS 14,8 Prot 59,3 HC  
Crema de verdures (sense patata)  
Trita francesa **3**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**22** 443 Kcal 16,5 Gr 0,0 AGS 38,3 Prot 25,5 HC  
Mongeta tendra i pastanaga  
Salmó al forn amb all i julivert **-4-13**  
Enciam i olives negres  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
logurt natural **18-2**

**25** 424 Kcal 21,8 Gr 0,0 AGS 20,1 Prot 37,6 HC  
Espinacs a la catalana (sense patata) **34-7T-9-13**  
Remenat d'ou **T-3**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**26** 517 Kcal 21,6 Gr 0,0 AGS 28,1 Prot 51,6 HC  
Saltat de verdures **27**  
Rap arrebossat **-1-2-3-4-8T-11T-12T**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**27** 452 Kcal 33,4 Gr 0,0 AGS 19,9 Prot 36,8 HC  
Gaspaxo **27-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T-13**  
Broqueta de pollastre a la planxa **21-1T-10T-11T-12T-13T**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**28** 594 Kcal 15,2 Gr 0,0 AGS 27,1 Prot 86,1 HC  
Arròs 2 delícies (blat de moro i pastanaga)  
Estofat de vedella amb verdures (sense llegums) **21**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**29** 774 Kcal 22,9 Gr 0,0 AGS 39,3 Prot 102,4 HC  
Macarrons integrals amb tomàquet i formatge ratllat **18-1-2-8T-11T**  
Pollastre al curri amb poma **64-1T-7T-9T-10T-11T-12T-13**  
Enciam i blat de moro  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
logurt natural **18-2**

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



**4** 666 Kcal 33,6 Gr 0,0 AGS 21,6 Prot 67,3 HC  
Arròs integral amb verdures i tomàquet 27  
Truita francesa amb formatge 18-2-3  
Enciam i pastanaga ratllada  
logurt natural 18-2

**5** 425 Kcal 15,9 Gr 0,0 AGS 27,7 Prot 41,8 HC  
Crema de carbassa i mongeta seca 99-13  
Gall d'indi a la planxa amb carbassó  
Fruita de temporada 19

**6** 810 Kcal 36,4 Gr 0,0 AGS 24,5 Prot 94,8 HC  
Amanida de pasta amb tomàquet i blat de moro 26-1-3T-8T-11T  
Mandonguilles a la jardineria 15-8-13  
Fruita de temporada 19

**7** 537 Kcal 18,3Gr 0,0 AGS 30,4 Prot 60,9 HC  
Amanida grega -2  
Llenties estofades amb verdures 27  
Fruita de temporada 19

**8** 601 Kcal 22,1 Gr 0,0 AGS 35,9 Prot 62,9 HC  
Amanida alemanya -8-11-13  
Pit de pollastre amb salsa 21  
Enciam i tomàquet  
Fruita de temporada 19



**12** 735 Kcal 30,8 Gr 0,0 AGS 31,5 Prot 82,4 HC  
Pasta integral amb tomàquet -1-8T-11T  
Salsitxes de porc a la planxa 15-13  
Enciam i pastanaga ratllada  
logurt natural 18-2

**13** 504 Kcal 21,2 Gr 0,0 AGS 24,9 Prot 52,4 HC  
Amanida russa(sense tonyina) 17-3  
Gall d'indi estofat amb xampiyons  
Fruita de temporada 19

**14** 654 Kcal 18,6Gr 0,0 AGS 23,3 Prot 88,4 HC  
Mongetes seques ECO estofades 27  
Truita de carbassó i patata 38-3  
Enciam i blat de moro  
Fruita de temporada 19

**15** 563 Kcal 15,5 Gr 0,0 AGS 31,6 Prot 74,5 HC  
Arròs integral amb tomàquet -13  
Pernilet de pollastre a l'ailet 66  
Enciam i tomàquet  
Fruita de temporada 19

**18** 618 Kcal 21,9 Gr 0,0 AGS 32,8 Prot 73,2 HC  
Pasta amb salsa a elecció T-1-3T-8T-11T  
Gall d'indi a la planxa amb carbassó  
Fruita de temporada 19

**19** 718 Kcal 26,9 Gr 0,0 AGS 34,7 Prot 81,5 HC  
Arròs amb xampinyons i tomàquet -13  
Llom a la planxa amb salsa 15  
Enciam i pastanaga ratllada  
Fruita de temporada 19

**20** 595 Kcal 19,2 Gr 0,0 AGS 35,0 Prot 68,4 HC  
Amanida de patata, olives, tomàquet i blat de moro 99  
Pollastre arrebossat(sense al·lèrgens) 21  
Enciam i blat de moro  
Fruita de temporada 19

**21** 605 Kcal 17,3Gr 0,0 AGS 25,5 Prot 82,4 HC  
Cigrons ECO estofats amb espinacs  
Truita francesa 3  
Enciam i tomàquet  
Fruita de temporada 19

**22** 531 Kcal 26,8 Gr 0,0 AGS 32,3 Prot 37,4 HC  
Mongeta tendra, patata i pastanaga  
Pollastre al forn amb llorer i farigola 21  
Enciam i olives negres  
logurt natural 18-2

**25** 602 Kcal 16,0 Gr 0,0 AGS 24,7 Prot 84,4 HC  
Llenties estofades amb verdures 27  
Truita de patates 64-3  
Enciam i pastanaga ratllada  
Fruita de temporada 19

**26** 454 Kcal 15,8 Gr 0,0 AGS 28,4 Prot 48,3 HC  
Coliflor i patata  
Gall d'indi a la planxa amb carbassó  
Fruita de temporada 19

**27** 530 Kcal 22,3 Gr 0,0 AGS 30,1 Prot 49,4 HC  
Crema de pastanaga 99  
Pit de pollastre a la planxa 21  
Patates al forn 99  
Fruita de temporada 19

**28** 556 Kcal 14,9Gr 0,0 AGS 26,3 Prot 77,8 HC  
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)  
Estofat de vedella amb verdures 21  
Fruita de temporada 19

**29** 728 Kcal 24,4 Gr 0,0 AGS 37,2 Prot 90,2 HC  
Macarrons integrals amb tomàquet i formatge ratllat 18-1-2-8T-11T  
Pollastre amb poma 21  
Enciam i blat de moro  
logurt natural 18-2

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



**4** 569 Kcal 21,2 Gr 0,0 AGS 30,0 Prot 62,6 HC  
Arròs integral amb verdures i tomàquet 27  
Vedella a la planxa  
Enciam i pastanaga ratllada  
logurt natural 18-2

**5** 458 Kcal 14,5 Gr 0,0 AGS 26,0 Prot 53,4 HC  
Crema de carbassa i mongeta seca 99-13  
Filet de lluç amb patates 87-4  
Fruita de temporada 19

**6** 869 Kcal 40,6 Gr 0,0 AGS 26,4 Prot 99,3 HC  
Amanida de pasta sense gluten 60-4-8T  
Mandonguilles a la jardinera 15-8-13  
Fruita de temporada 19

**7** 537 Kcal 18,3Gr 0,0 AGS 30,4 Prot 60,9 HC  
Amanida grega -2  
Llenties estofades amb verdures 27  
Fruita de temporada 19

**8** 601 Kcal 22,1 Gr 0,0 AGS 35,9 Prot 62,9 HC  
Amanida alemanya -8-11-13  
Pit de pollastre amb salsa 21  
Enciam i tomàquet  
Fruita de temporada 19



**12** 760 Kcal 30,9 Gr 0,0 AGS 28,5 Prot 90,9 HC  
Pasta sense gluten i ou amb tomàquet -8T  
Salsitxes de porc a la planxa 15-13  
Enciam i pastanaga ratllada  
logurt natural 18-2

**13** 452 Kcal 11,5 Gr 0,0 AGS 31,1 Prot 54,8 HC  
Amanida russa (sense maionesa) 25-4  
Gall d'indi estofat amb xampiyons  
Fruita de temporada 19

**14** 534 Kcal 10,2Gr 0,0 AGS 39,5 Prot 64,9 HC  
Mongetes seques ECO estofades 27  
Gallineta al forn -4-13  
Enciam i blat de moro  
Fruita de temporada 19

**15** 563 Kcal 15,5 Gr 0,0 AGS 31,6 Prot 74,5 HC  
Arròs integral amb tomàquet -13  
Pernilets de pollastre a l'allet 66  
Enciam i tomàquet  
Fruita de temporada 19

**18** 733 Kcal 20,8 Gr 0,0 AGS 28,8 Prot 107,4 HC  
Pasta sense gluten i ou amb salsa a escollir -8T  
Filet de lluç amb patates 87-4  
Fruita de temporada 19

**19** 718 Kcal 26,9 Gr 0,0 AGS 34,7 Prot 81,5 HC  
Arròs amb xampinyons i tomàquet -13  
Llom a la planxa amb salsa 15  
Enciam i pastanaga ratllada  
Fruita de temporada 19

**20** 595 Kcal 19,2 Gr 0,0 AGS 35,0 Prot 68,4 HC  
Amanida de patata, olives, tomàquet i blat de moro 99  
Pollastre arrebossat(sense al·lèrgens) 21  
Enciam i blat de moro  
Fruita de temporada 19

**21** 582 Kcal 20,6Gr 0,0 AGS 35,3 Prot 59,2 HC  
Cigrans ECO estofats amb espinacs  
Vedella al forn amb xampinyons  
Fruita de temporada 19

**22** 499 Kcal 16,3 Gr 0,0 AGS 39,2 Prot 37,5 HC  
Mongeta tendra, patata i pastanaga  
Salmó al forn amb all i julivert -4-13  
Enciam i olives negres  
logurt natural 18-2

**25** 491 Kcal 11,6 Gr 0,0 AGS 36,6 Prot 57,4 HC  
Llenties estofades amb verdures 27  
Filet de lluç al forn -4  
Enciam i pastanaga ratllada  
Fruita de temporada 19

**26** 509 Kcal 14,9 Gr 0,0 AGS 27,0 Prot 65,0 HC  
Coliflor i patata  
Rap arrebossat(sense al·lèrgens) -4  
Enciam i tomàquet  
Fruita de temporada 19

**27** 530 Kcal 22,3 Gr 0,0 AGS 30,1 Prot 49,4 HC  
Crema de pastanaga 99  
Pit de pollastre a la planxa 21  
Patates al forn 99  
Fruita de temporada 19

**28** 556 Kcal 14,9Gr 0,0 AGS 26,3 Prot 77,8 HC  
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)  
Estofat de vedella amb verdures 21  
Fruita de temporada 19

**29** 728 Kcal 24,4 Gr 0,0 AGS 37,2 Prot 90,2 HC  
Macarrons integrals amb tomàquet i formatge ratllat 18-1-2-8T-11T  
Pollastre amb poma 21  
Enciam i blat de moro  
logurt natural 18-2

## Dilluns

## Dimarts

## Dimecres

## Dijous

## Divendres



**4** 569 Kcal 21,2 Gr 0,0 AGS 30,0 Prot 62,6 HC  
Arròs integral amb verdures i tomàquet **27**  
Vedella a la planxa  
Enciam i pastanaga ratllada  
logurt natural **18-2**

**5** 458 Kcal 14,5 Gr 0,0 AGS 26,0 Prot 53,4 HC  
Crema de carbassa i mongeta seca **99-13**  
Filet de lluç amb patates **87-4**  
Fruita de temporada **19**

**6** 869 Kcal 40,6 Gr 0,0 AGS 26,4 Prot 99,3 HC  
Amanida de pasta sense gluten **60-4-8T**  
Mandonguilles a la jardinera **15-8-13**  
Fruita de temporada **19**

**7** 537 Kcal 18,3Gr 0,0 AGS 30,4 Prot 60,9 HC  
Amanida grega **-2**  
Llenties estofades amb verdures **27**  
Fruita de temporada **19**

**8** 601 Kcal 22,1 Gr 0,0 AGS 35,9 Prot 62,9 HC  
Amanida alemanya **-8-11-13**  
Pit de pollastre amb salsa **21**  
Enciam i tomàquet  
Fruita de temporada **19**



**12** 760 Kcal 30,9 Gr 0,0 AGS 28,5 Prot 90,9 HC  
Pasta sense gluten i ou amb tomàquet **-8T**  
Salsitxes de porc a la planxa **15-13**  
Enciam i pastanaga ratllada  
logurt natural **18-2**

**13** 452 Kcal 11,5 Gr 0,0 AGS 31,1 Prot 54,8 HC  
Amanida russa (sense maionesa) **25-4**  
Gall d'indi estofat amb xampiyons  
Fruita de temporada **19**

**14** 534 Kcal 10,2Gr 0,0 AGS 39,5 Prot 64,9 HC  
Mongetes seques ECO estofades **27**  
Gallineta al forn **-4-13**  
Enciam i blat de moro  
Fruita de temporada **19**

**15** 563 Kcal 15,5 Gr 0,0 AGS 31,6 Prot 74,5 HC  
Arròs integral amb tomàquet **-13**  
Pernilets de pollastre a l'allet **66**  
Enciam i tomàquet  
Fruita de temporada **19**

**18** 733 Kcal 20,8 Gr 0,0 AGS 28,8 Prot 107,4 HC  
Pasta sense gluten i ou amb salsa a escollir **-8T**  
Filet de lluç amb patates **87-4**  
Fruita de temporada **19**

**19** 718 Kcal 26,9 Gr 0,0 AGS 34,7 Prot 81,5 HC  
Arròs amb xampinyons i tomàquet **-13**  
Llom a la planxa amb salsa **15**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Fruita de temporada **19**

**20** 595 Kcal 19,2 Gr 0,0 AGS 35,0 Prot 68,4 HC  
Amanida de patata, olives, tomàquet i blat de moro **99**  
Pollastre arrebossat(sense al·lèrgens) **21**  
Enciam i blat de moro  
Fruita de temporada **19**

**21** 582 Kcal 20,6Gr 0,0 AGS 35,3 Prot 59,2 HC  
Cigrans ECO estofats amb espinacs  
Vedella al forn amb xampinyons  
Fruita de temporada **19**

**22** 499 Kcal 16,3 Gr 0,0 AGS 39,2 Prot 37,5 HC  
Mongeta tendra, patata i pastanaga  
Salmó al forn amb all i julivert **-4-13**  
Enciam i olives negres  
logurt natural **18-2**

**25** 491 Kcal 11,6 Gr 0,0 AGS 36,6 Prot 57,4 HC  
Llenties estofades amb verdures **27**  
Filet de lluç al forn **-4**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Fruita de temporada **19**

**26** 509 Kcal 14,9 Gr 0,0 AGS 27,0 Prot 65,0 HC  
Coliflor i patata  
Rap arrebossat(sense al·lèrgens) **-4**  
Enciam i tomàquet  
Fruita de temporada **19**

**27** 530 Kcal 22,3 Gr 0,0 AGS 30,1 Prot 49,4 HC  
Crema de pastanaga **99**  
Pit de pollastre a la planxa **21**  
Patates al forn **99**  
Fruita de temporada **19**

**28** 556 Kcal 14,9Gr 0,0 AGS 26,3 Prot 77,8 HC  
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)  
Estofat de vedella amb verdures **21**  
Fruita de temporada **19**

**29** 728 Kcal 24,4 Gr 0,0 AGS 37,2 Prot 90,2 HC  
Macarrons integrals amb tomàquet i formatge ratllat **18-1-2-8T-11T**  
Pollastre amb poma **21**  
Enciam i blat de moro  
logurt natural **18-2**

## Dilluns

## Dimarts

## Dimecres

## Dijous

## Divendres



**4** 666 Kcal 33,6 Gr 0,0 AGS 21,6 Prot 67,3 HC  
Arròs integral amb verdures i tomàquet 27  
Truita francesa amb formatge 18-2-3  
Enciam i pastanaga ratllada  
logurt natural 18-2

**5** 458 Kcal 14,5 Gr 0,0 AGS 26,0 Prot 53,4 HC  
Crema de carbassa i mongeta seca 99-13  
Filet de lluç amb patates 87-4  
Fruita de temporada 19

**6** 864 Kcal 40,6 Gr 0,0 AGS 30,2 Prot 93,3 HC  
Amanida de pasta 26-1-3T-4-8T-11T  
Mandonguilles a la jardinera 15-8-13  
Fruita de temporada 19

**7** 537 Kcal 18,3Gr 0,0 AGS 30,4 Prot 60,9 HC  
Amanida grega -2  
Llenties estofades amb verdures 27  
Fruita de temporada 19

**8** 601 Kcal 22,1 Gr 0,0 AGS 35,9 Prot 62,9 HC  
Amanida alemanya -8-11-13  
Pit de pollastre amb salsa 21  
Enciam i tomàquet  
Fruita de temporada 19



**12** 735 Kcal 30,8 Gr 0,0 AGS 31,5 Prot 82,4 HC  
Pasta integral amb tomàquet -1-8T-11T  
Salsitxes de porc a la planxa 15-13  
Enciam i pastanaga ratllada  
logurt natural 18-2

**13** 586 Kcal 27,7 Gr 0,0 AGS 30,9 Prot 52,5 HC  
Amanida russa 25-3-4  
Gall d'indi estofat amb xampinyons  
Fruita de temporada 19

**14** 654 Kcal 18,6Gr 0,0 AGS 23,3 Prot 88,4 HC  
Mongetes seques ECO estofades 27  
Truita de carbassó i patata 38-3  
Enciam i blat de moro  
Fruita de temporada 19

**15** 563 Kcal 15,5 Gr 0,0 AGS 31,6 Prot 74,5 HC  
Arròs integral amb tomàquet -13  
Pernillets de pollastre a l'alet 66  
Enciam i tomàquet  
Fruita de temporada 19

**18** 651 Kcal 20,5 Gr 0,0 AGS 31,1 Prot 84,8 HC  
Pasta amb salsa a elecció T-1-3T-8T-11T  
Filet de lluç amb patates 87-4  
Fruita de temporada 19

**19** 718 Kcal 26,9 Gr 0,0 AGS 34,7 Prot 81,5 HC  
Arròs amb xampinyons i tomàquet -13  
Llom a la planxa amb salsa 15  
Enciam i pastanaga ratllada  
Fruita de temporada 19

**20** 595 Kcal 19,2 Gr 0,0 AGS 35,0 Prot 68,4 HC  
Amanida de patata, olives, tomàquet i blat de moro 99  
Pollastre arrebossat(sense al·lèrgens) 21  
Enciam i blat de moro  
Fruita de temporada 19

**21** 605 Kcal 17,3Gr 0,0 AGS 25,5 Prot 82,4 HC  
Cigrans ECO estofats amb espinacs  
Truita francesa 3  
Enciam i tomàquet  
Fruita de temporada 19

**22** 499 Kcal 16,3 Gr 0,0 AGS 39,2 Prot 37,5 HC  
Mongeta tendra, patata i pastanaga  
Salmó al forn amb all i julivert -4-13  
Enciam i olives negres  
logurt natural 18-2

**25** 602 Kcal 16,0 Gr 0,0 AGS 24,7 Prot 84,4 HC  
Llenties estofades amb verdures 27  
Truita de patates 64-3  
Enciam i pastanaga ratllada  
Fruita de temporada 19

**26** 509 Kcal 14,9 Gr 0,0 AGS 27,0 Prot 65,0 HC  
Coliflor i patata  
Rap arrebossat(sense al·lèrgens) -4  
Enciam i tomàquet  
Fruita de temporada 19

**27** 530 Kcal 22,3 Gr 0,0 AGS 30,1 Prot 49,4 HC  
Crema de pastanaga 99  
Pit de pollastre a la planxa 21  
Patates al forn 99  
Fruita de temporada 19

**28** 556 Kcal 14,9Gr 0,0 AGS 26,3 Prot 77,8 HC  
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)  
Estofat de vedella amb verdures 21  
Fruita de temporada 19

**29** 728 Kcal 24,4 Gr 0,0 AGS 37,2 Prot 90,2 HC  
Macarrons integrals amb tomàquet i formatge ratllat 18-1-2-8T-11T  
Pollastre amb poma 21  
Enciam i blat de moro  
logurt natural 18-2

## Dilluns

## Dimarts

## Dimecres

## Dijous

## Divendres



**4** 668 Kcal 22,3 Gr 0,0 AGS 23,3 Prot 90,7 HC  
Arròs integral amb verdures i tomàquet **27**  
Truita francesa **3**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
logurt natural sense lactosa **18-2**

**5** 499 Kcal 15,8 Gr 0,0 AGS 25,1 Prot 60,7 HC  
Crema de carbassa **99**  
Filet de lluç amb patates **87-4**  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**6** 903 Kcal 34,8 Gr 0,0 AGS 24,9 Prot 118,0 HC  
Amanida de pasta sense gluten **60-4-8T**  
Truita paisana **99-3**  
Verdures guarnició **27-13**  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**7** 439 Kcal 21,1 Gr 0,0 AGS 11,4 Prot 48,3 HC  
Amanida verda  
Truita de espinacs i patata **34-3**  
Enciam i blat de moro  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**8** 586 Kcal 18,6 Gr 0,0 AGS 32,1 Prot 69,5 HC  
Amanida de patata, olives, tomàquet i blat de moro **99**  
Pit de pollastre amb salsa **21**  
Enciam i tomàquet  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**



**12** 681 Kcal 25,6 Gr 0,0 AGS 31,3 Prot 79,7 HC  
Pasta sense gluten i ou amb pesto **-7T-8T-9-13**  
Salsitxes de pollastre a la planxa **21-8T-13**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
logurt natural sense lactosa **18-2**

**13** 435 Kcal 13,4 Gr 0,0 AGS 24,0 Prot 52,6 HC  
Crema de carbassó **99**  
Gall d'indi estofat amb xampiyons  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**14** 564 Kcal 22,8 Gr 0,0 AGS 13,1 Prot 71,3 HC  
Crema de pastanaga **99**  
Truita de carbassó i patata **38-3**  
Enciam i blat de moro  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**15** 607 Kcal 17,0 Gr 0,0 AGS 32,1 Prot 80,8 HC  
Arròs integral amb tomàquet **-13**  
Pernillets de pollastre a l'ailet **66**  
Enciam i tomàquet  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**18** 777 Kcal 22,3 Gr 0,0 AGS 29,2 Prot 113,7 HC  
Pasta sense gluten i ou amb salsa a escollir **-8T**  
Filet de lluç amb patates **87-4**  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**19** 762 Kcal 26,7 Gr 0,0 AGS 16,6 Prot 108,2 HC  
Arròs amb xampinyons i tomàquet **-13**  
Truita paisana **99-3**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**20** 639 Kcal 20,7 Gr 0,0 AGS 35,4 Prot 74,6 HC  
Amanida de patata, olives, tomàquet i blat de moro **99**  
Pollastre arrebossat(sense al·lèrgens) **21**  
Enciam i blat de moro  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**21** 551 Kcal 18,1 Gr 0,0 AGS 18,4 Prot 75,6 HC  
Bròquil i patata **37**  
Truita francesa **3**  
Enciam i tomàquet  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**22** 553 Kcal 17,9 Gr 0,0 AGS 41,3 Prot 44,3 HC  
Mongeta tendra, patata i pastanaga  
Salmó al forn amb all i julivert **-4-13**  
Enciam i olives negres  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
logurt natural sense lactosa **18-2**

**25** 596 Kcal 20,3 Gr 0,0 AGS 14,4 Prot 84,3 HC  
Bledes amb patates  
Truita de patates **64-3**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**26** 553 Kcal 16,4 Gr 0,0 AGS 27,4 Prot 71,3 HC  
Coliflor i patata  
Rap arrebossat(sense al·lèrgens) **-4**  
Enciam i tomàquet  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**27** 574 Kcal 23,8 Gr 0,0 AGS 30,5 Prot 55,6 HC  
Crema de pastanaga **99**  
Pit de pollastre a la planxa **21**  
Patates al forn **99**  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**28** 588 Kcal 16,4 Gr 0,0 AGS 25,9 Prot 82,4 HC  
Arròs 2 delícies (blat de moro i pastanaga)  
Estofat de vedella amb verdures (sense llegums) **21**  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**29** 751 Kcal 22,9 Gr 0,0 AGS 34,2 Prot 100,5 HC  
Pasta sense gluten i ou amb tomàquet **-8T**  
Pollastre amb poma **21**  
Enciam i blat de moro  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
logurt natural sense lactosa **18-2**

## Dilluns

## Dimarts

## Dimecres

## Dijous

## Divendres



**4** 710 Kcal 35,1 Gr 0,0 AGS 22,0 Prot 73,6 HC  
Arròs integral amb verdures i tomàquet **27**  
Truita francesa amb formatge **18-2-3**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
logurt natural **18-2**

**5** 503 Kcal 16,0 Gr 0,0 AGS 26,4 Prot 59,6 HC  
Crema de carbassa i mongeta seca **99-13**  
Filet de lluç amb patates **87-4**  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**6** 913 Kcal 42,1 Gr 0,0 AGS 26,9 Prot 105,6 HC  
Amanida de pasta sense gluten **60-4-8T**  
Mandonguilles a la jardinera **15-8-13**  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**7** 582 Kcal 19,8Gr 0,0 AGS 30,9 Prot 67,2 HC  
Amanida grega **-2**  
Llenties estofades amb verdures **27**  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**8** 645 Kcal 23,6 Gr 0,0 AGS 36,3 Prot 69,1 HC  
Amanida alemanya **-8-11-13**  
Pit de pollastre amb salsa **21**  
Enciam i tomàquet  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**



**12** 804 Kcal 32,4 Gr 0,0 AGS 28,9 Prot 97,2 HC  
Pasta sense gluten i ou amb tomàquet **-8T**  
Salsitxes de porc a la planxa **15-13**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
logurt natural **18-2**

**13** 630 Kcal 29,2 Gr 0,0 AGS 31,3 Prot 58,7 HC  
Amanida russa **25-3-4**  
Gall d'indi estofat amb xampinyons  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**14** 698 Kcal 20,0Gr 0,0 AGS 23,8 Prot 94,6 HC  
Mongetes seques ECO estofades **27**  
Truita de carbassó i patata **38-3**  
Enciam i blat de moro  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**15** 607 Kcal 17,0 Gr 0,0 AGS 32,1 Prot 80,8 HC  
Arròs integral amb tomàquet **-13**  
Pernilets de pollastre a l'allet **66**  
Enciam i tomàquet  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**18** 777 Kcal 22,3 Gr 0,0 AGS 29,2 Prot 113,7 HC  
Pasta sense gluten i ou amb salsa a escollir **-8T**  
Filet de lluç amb patates **87-4**  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**19** 762 Kcal 28,4 Gr 0,0 AGS 35,1 Prot 87,8 HC  
Arròs amb xampinyons i tomàquet **-13**  
Llom a la planxa amb salsa **15**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**20** 639 Kcal 20,7 Gr 0,0 AGS 35,4 Prot 74,6 HC  
Amanida de patata, olives, tomàquet i blat de moro **99**  
Pollastre arrebossat(sense al·lèrgens) **21**  
Enciam i blat de moro  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**21** 649 Kcal 18,8Gr 0,0 AGS 26,0 Prot 88,7 HC  
Cigrans ECO estofats amb espinacs  
Truita francesa **3**  
Enciam i tomàquet  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**22** 543 Kcal 17,8 Gr 0,0 AGS 39,6 Prot 43,8 HC  
Mongeta tendra, patata i pastanaga  
Salmó al forn amb all i julivert **-4-13**  
Enciam i olives negres  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
logurt natural **18-2**

**25** 646 Kcal 17,5 Gr 0,0 AGS 25,1 Prot 90,7 HC  
Llenties estofades amb verdures **27**  
Truita de patates **64-3**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**26** 553 Kcal 16,4 Gr 0,0 AGS 27,4 Prot 71,3 HC  
Coliflor i patata  
Rap arrebossat(sense al·lèrgens) **-4**  
Enciam i tomàquet  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**27** 574 Kcal 23,8 Gr 0,0 AGS 30,5 Prot 55,6 HC  
Crema de pastanaga **99**  
Pit de pollastre a la planxa **21**  
Patates al forn **99**  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**28** 600 Kcal 16,3Gr 0,0 AGS 26,7 Prot 84,1 HC  
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)  
Estofat de vedella amb verdures **21**  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**29** 740 Kcal 22,8 Gr 0,0 AGS 32,4 Prot 100,0 HC  
Pasta sense gluten i ou amb tomàquet **-8T**  
Pollastre amb poma **21**  
Enciam i blat de moro  
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**  
logurt natural **18-2**

## Dilluns

## Dimarts

## Dimecres

## Dijous

## Divendres



**4** 716 Kcal 33,9 Gr 0,0 AGS 23,2 Prot 77,3 HC  
Arròs integral amb verdures i tomàquet **27**  
Truita francesa amb formatge **18-2-3**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
logurt natural **18-2**

**5** 509 Kcal 14,8 Gr 0,0 AGS 27,6 Prot 63,4 HC  
Crema de carbassa i mongeta seca **99-13**  
Filet de lluç amb patates **87-4**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**6** 994 Kcal 34,0 Gr 0,0 AGS 35,7 Prot 136,2 HC  
Amanida de pasta **26-1-3T-4-8T-11T**  
Falafel a la jardineria **17-1T-3T-8T-9T-12T**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**7** 588 Kcal 18,6Gr 0,0 AGS 32,0 Prot 70,9 HC  
Amanida grega **-2**  
Llenties estofades amb verdures **27**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**8** 592 Kcal 17,4 Gr 0,0 AGS 33,2 Prot 73,2 HC  
Amanida de patata, olives, tomàquet i blat de moro **99**  
Pit de pollastre amb salsa **21**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**



**12** 774 Kcal 25,2 Gr 0,0 AGS 37,7 Prot 98,5 HC  
Pasta integral amb pesto **-1-2-3-7T-8T-9-11T-13**  
Salsitxes de pollastre a la planxa **21-8T-13**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
logurt natural **18-2**

**13** 636 Kcal 27,9 Gr 0,0 AGS 32,5 Prot 62,5 HC  
Amanida russa **25-3-4**  
Gall d'indi estofat amb xampinyons  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**14** 704 Kcal 18,8Gr 0,0 AGS 24,9 Prot 98,4 HC  
Mongetes seques ECO estofades **27**  
Truita de carbassó i patata **38-3**  
Enciam i blat de moro  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**15** 613 Kcal 15,8 Gr 0,0 AGS 33,2 Prot 84,5 HC  
Arròs integral amb tomàquet **-13**  
Pernillets de pollastre a l'ailet **66**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**18** 701 Kcal 20,8 Gr 0,0 AGS 32,7 Prot 94,8 HC  
Pasta amb salsa a elecció **T-1-3T-8T-11T**  
Filet de lluç amb patates **87-4**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**19** 768 Kcal 25,5 Gr 0,0 AGS 17,8 Prot 112,0 HC  
Arròs amb xampinyons i tomàquet **-13**  
Truita paisana **99-3**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**20** 622 Kcal 20,0 Gr 0,0 AGS 37,5 Prot 70,8 HC  
Amanida de patata, olives, tomàquet i blat de moro **99**  
Pollastre arrebossat **18-1-2-3-8T-11T-12T**  
Enciam i blat de moro  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**21** 655 Kcal 17,6Gr 0,0 AGS 27,1 Prot 92,4 HC  
Cigrans ECO estofats amb espinacs  
Truita francesa **3**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**22** 549 Kcal 16,6 Gr 0,0 AGS 40,8 Prot 47,5 HC  
Mongeta tendra, patata i pastanaga  
Salmó al forn amb all i julivert **-4-13**  
Enciam i olives negres  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
logurt natural **18-2**

**25** 653 Kcal 16,3 Gr 0,0 AGS 26,3 Prot 94,4 HC  
Llenties estofades amb verdures **27**  
Truita de patates **64-3**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**26** 508 Kcal 12,8 Gr 0,0 AGS 29,8 Prot 66,6 HC  
Coliflor i patata  
Rap arrebossat **-1-2-3-4-8T-11T-12T**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**27** 697 Kcal 38,8 Gr 0,0 AGS 25,1 Prot 76,1 HC  
Gaspatxo(a elecció) **27-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T-13**  
Crema de pastanaga(a elecció) **99**  
Broqueta de pollastre amb patates **21-1T-10T-11T-12T-13T**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**28** 606 Kcal 15,1Gr 0,0 AGS 27,9 Prot 87,8 HC  
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)  
Estofat de vedella amb verdures **21**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**29** 774 Kcal 22,9 Gr 0,0 AGS 39,3 Prot 102,4 HC  
Macarrons integrals amb tomàquet i formatge ratllat **18-1-2-8T-11T**  
Pollastre al curri amb poma **64-1T-7T-9T-10T-11T-12T-13**  
Enciam i blat de moro  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
logurt natural **18-2**

## Dilluns

## Dimarts

## Dimecres

## Dijous

## Divendres



**4** 674 Kcal 21,1 Gr 0,0 AGS 24,5 Prot 94,4 HC  
Arròs integral amb verdures i tomàquet **27**  
Truita francesa **3**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
logurt natural sense lactosa **18-2**

**5** 509 Kcal 14,8 Gr 0,0 AGS 27,6 Prot 63,4 HC  
Crema de carbassa i mongeta seca **99-13**  
Filet de lluç amb patates **87-4**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**6** 914 Kcal 40,9 Gr 0,0 AGS 31,8 Prot 103,3 HC  
Amanida de pasta **26-1-3T-4-8T-11T**  
Mandonguilles a la jardinera **15-8-13**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**7** 389 Kcal 4,0Gr 0,0 AGS 19,1 Prot 66,1 HC  
Amanida verda  
Llenties estofades amb verdures **27**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**8** 651 Kcal 22,3 Gr 0,0 AGS 37,5 Prot 72,9 HC  
Amanida alemanya **-8-11-13**  
Pit de pollastre amb salsa **21**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**



**12** 795 Kcal 31,2 Gr 0,0 AGS 34,8 Prot 92,9 HC  
Pasta integral amb tomàquet **-1-8T-11T**  
Salsitxes de porc a la planxa **15-13**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
logurt natural sense lactosa **18-2**

**13** 636 Kcal 27,9 Gr 0,0 AGS 32,5 Prot 62,5 HC  
Amanida russa **25-3-4**  
Gall d'indi estofat amb xampiyons  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**14** 704 Kcal 18,8Gr 0,0 AGS 24,9 Prot 98,4 HC  
Mongetes seques ECO estofades **27**  
Truita de carbassó i patata **38-3**  
Enciam i blat de moro  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**15** 613 Kcal 15,8 Gr 0,0 AGS 33,2 Prot 84,5 HC  
Arròs integral amb tomàquet **-13**  
Pernilet de pollastre a l'allet **66**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**18** 701 Kcal 20,8 Gr 0,0 AGS 32,7 Prot 94,8 HC  
Pasta amb salsa a elecció **T-1-3T-8T-11T**  
Filet de lluç amb patates **87-4**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**19** 768 Kcal 27,2 Gr 0,0 AGS 36,3 Prot 91,5 HC  
Arròs amb xampinyons i tomàquet **-13**  
Llom a la planxa amb salsa **15**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**20** 645 Kcal 19,5 Gr 0,0 AGS 36,6 Prot 78,4 HC  
Amanida de patata, olives, tomàquet i blat de moro **99**  
Pollastre arrebossat(sense al·lèrgens) **21**  
Enciam i blat de moro  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**21** 655 Kcal 17,6Gr 0,0 AGS 27,1 Prot 92,4 HC  
Cigrons ECO estofats amb espinacs  
Truita francesa **3**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**22** 559 Kcal 16,7 Gr 0,0 AGS 42,5 Prot 48,0 HC  
Mongeta tendra, patata i pastanaga  
Salmó al forn amb all i julivert **-4-13**  
Enciam i olives negres  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
logurt natural sense lactosa **18-2**

**25** 653 Kcal 16,3 Gr 0,0 AGS 26,3 Prot 94,4 HC  
Llenties estofades amb verdures **27**  
Truita de patates **64-3**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**26** 560 Kcal 15,2 Gr 0,0 AGS 28,6 Prot 75,0 HC  
Coliflor i patata  
Rap arrebossat(sense al·lèrgens) **-4**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**27** 593 Kcal 24,1 Gr 0,0 AGS 23,3 Prot 67,0 HC  
Crema de pastanaga **99**  
Broqueta de pollastre amb patates **21-1T-10T-11T-12T-13T**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**28** 606 Kcal 15,1Gr 0,0 AGS 27,9 Prot 87,8 HC  
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)  
Estofat de vedella amb verdures **21**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**29** 801 Kcal 20,3 Gr 0,0 AGS 41,2 Prot 113,1 HC  
Macarrons integrals amb tomàquet **-1-8T-11T**  
Pollastre al curri amb poma **64-1T-7T-9T-10T-11T-12T-13**  
Enciam i blat de moro  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
logurt natural sense lactosa **18-2**

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



**4** 716 Kcal 33,9 Gr 0,0 AGS 23,2 Prot 77,3 HC  
 Arròs integral amb verdures i tomàquet 27  
 Truita francesa amb formatge 18-2-3  
 Enciam i pastanaga ratllada  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 logurt natural 18-2

**5** 505 Kcal 14,6 Gr 0,0 AGS 26,3 Prot 64,4 HC  
 Crema de carbassa 99  
 Filet de lluç amb patates 87-4  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita de temporada 19

**6** 882 Kcal 40,8 Gr 0,0 AGS 30,7 Prot 97,2 HC  
 Amanida de pasta 26-1-3T-4-8T-11T  
 Mandonguilles amb salsa de tomàquet -8-13  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita de temporada 19

**7** 645 Kcal 34,5Gr 0,0 AGS 25,5 Prot 56,9 HC  
 Amanida grega -2  
 Truita de espinacs i patata 34-3  
 Enciam i blat de moro  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita de temporada 19

**8** 592 Kcal 17,4 Gr 0,0 AGS 33,2 Prot 73,2 HC  
 Amanida de patata, olives, tomàquet i blat de moro 99  
 Pit de pollastre amb salsa 21  
 Enciam i tomàquet  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita de temporada 19



**12** 878 Kcal 38,0 Gr 0,0 AGS 36,0 Prot 97,5 HC  
 Pasta integral amb pesto -1-2-3-7T-8T-9-11T-13  
 Salsitxes de porc a la planxa 15-13  
 Enciam i pastanaga ratllada  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 logurt natural 18-2

**13** 441 Kcal 12,2 Gr 0,0 AGS 25,2 Prot 56,3 HC  
 Crema de carbassó 99  
 Gall d'indi estofat amb xampiyons  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita de temporada 19

**14** 570 Kcal 21,6Gr 0,0 AGS 14,2 Prot 75,0 HC  
 Crema de pastanaga 99  
 Truita de carbassó i patata 38-3  
 Enciam i blat de moro  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita de temporada 19

**15** 613 Kcal 15,8 Gr 0,0 AGS 33,2 Prot 84,5 HC  
 Arròs integral amb tomàquet -13  
 Pernillets de pollastre a l'allet 66  
 Enciam i tomàquet  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita de temporada 19

**18** 701 Kcal 20,8 Gr 0,0 AGS 32,7 Prot 94,8 HC  
 Pasta amb salsa a elecció T-1-3T-8T-11T  
 Filet de lluç amb patates 87-4  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita de temporada 19

**19** 768 Kcal 27,2 Gr 0,0 AGS 36,3 Prot 91,5 HC  
 Arròs amb xampinyons i tomàquet -13  
 Llom a la planxa amb salsa 15  
 Enciam i pastanaga ratllada  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita de temporada 19

**20** 622 Kcal 20,0 Gr 0,0 AGS 37,5 Prot 70,8 HC  
 Amanida de patata, olives, tomàquet i blat de moro 99  
 Pollastre arrebossat 18-1-2-3-8T-11T-12T  
 Enciam i blat de moro  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita de temporada 19

**21** 557 Kcal 16,8Gr 0,0 AGS 19,6 Prot 79,3 HC  
 Bròquil i patata 37  
 Truita francesa 3  
 Enciam i tomàquet  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita de temporada 19

**22** 549 Kcal 16,6 Gr 0,0 AGS 40,8 Prot 47,5 HC  
 Mongeta tendra, patata i pastanaga  
 Salmó al forn amb all i julivert -4-13  
 Enciam i olives negres  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 logurt natural 18-2

**25** 602 Kcal 19,1 Gr 0,0 AGS 15,5 Prot 88,0 HC  
 Bledes amb patates  
 Truita de patates 64-3  
 Enciam i pastanaga ratllada  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita de temporada 19

**26** 508 Kcal 12,8 Gr 0,0 AGS 29,8 Prot 66,6 HC  
 Coliflor i patata  
 Rap arrebossat -1-2-3-4-8T-11T-12T  
 Enciam i tomàquet  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita de temporada 19

**27** 593 Kcal 24,1 Gr 0,0 AGS 23,3 Prot 67,0 HC  
 Crema de pastanaga 99  
 Broqueta de pollastre amb patates 21-1T-10T-11T-12T-13T  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita de temporada 19

**28** 594 Kcal 15,2Gr 0,0 AGS 27,1 Prot 86,1 HC  
 Arròs 2 delícies (blat de moro i pastanaga)  
 Estofat de vedella amb verdures (sense llegums) 21  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita de temporada 19

**29** 774 Kcal 22,9 Gr 0,0 AGS 39,3 Prot 102,4 HC  
 Macarrons integrals amb tomàquet i formatge ratllat 18-1-2-8T-11T  
 Pollastre al curri amb poma 64-1T-7T-9T-10T-11T-12T-13  
 Enciam i blat de moro  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 logurt natural 18-2

## Dilluns

## Dimarts

## Dimecres

## Dijous

## Divendres



**4** 580 Kcal 19,9 Gr 0,0 AGS 21,9 Prot 76,4 HC  
Arròs integral amb verdures i tomàquet 27  
Truita francesa 3  
Enciam i pastanaga ratllada logurt de soja 17-8

**5** 458 Kcal 14,5 Gr 0,0 AGS 26,0 Prot 53,4 HC  
Crema de carbassa i mongeta seca 99-13  
Filet de lluç amb patates 87-4  
Fruita de temporada 19

**6** 864 Kcal 40,6 Gr 0,0 AGS 30,2 Prot 93,3 HC  
Amanida de pasta 26-1-3T-4-8T-11T  
Mandonguilles a la jardinera 15-8-13  
Fruita de temporada 19

**7** 338 Kcal 3,7Gr 0,0 AGS 17,5 Prot 56,1 HC  
Amanida verda  
Llenties estofades amb verdures 27  
Fruita de temporada 19

**8** 601 Kcal 22,1 Gr 0,0 AGS 35,9 Prot 62,9 HC  
Amanida alemanya -8-11-13  
Pit de pollastre amb salsa 21  
Enciam i tomàquet  
Fruita de temporada 19



**12** 701 Kcal 30,1 Gr 0,0 AGS 32,2 Prot 74,9 HC  
Pasta integral amb tomàquet -1-8T-11T  
Salsitxes de porc a la planxa 15-13  
Enciam i pastanaga ratllada logurt de soja 17-8

**13** 586 Kcal 27,7 Gr 0,0 AGS 30,9 Prot 52,5 HC  
Amanida russa 25-3-4  
Gall d'indi estofat amb xampiyons  
Fruita de temporada 19

**14** 654 Kcal 18,6Gr 0,0 AGS 23,3 Prot 88,4 HC  
Mongetes seques ECO estofades 27  
Truita de carbassó i patata 38-3  
Enciam i blat de moro  
Fruita de temporada 19

**15** 563 Kcal 15,5 Gr 0,0 AGS 31,6 Prot 74,5 HC  
Arròs integral amb tomàquet -13  
Pernillets de pollastre a l'alet 66  
Enciam i tomàquet  
Fruita de temporada 19

**18** 651 Kcal 20,5 Gr 0,0 AGS 31,1 Prot 84,8 HC  
Pasta amb salsa a elecció T-1-3T-8T-11T  
Filet de lluç amb patates 87-4  
Fruita de temporada 19

**19** 718 Kcal 26,9 Gr 0,0 AGS 34,7 Prot 81,5 HC  
Arròs amb xampinyons i tomàquet -13  
Llom a la planxa amb salsa 15  
Enciam i pastanaga ratllada  
Fruita de temporada 19

**20** 595 Kcal 19,2 Gr 0,0 AGS 35,0 Prot 68,4 HC  
Amanida de patata, olives, tomàquet i blat de moro 99  
Pollastre arrebossat(sense al·lèrgens) 21  
Enciam i blat de moro  
Fruita de temporada 19

**21** 605 Kcal 17,3Gr 0,0 AGS 25,5 Prot 82,4 HC  
Cigrans ECO estofats amb espinacs  
Truita francesa 3  
Enciam i tomàquet  
Fruita de temporada 19

**22** 465 Kcal 15,6 Gr 0,0 AGS 39,9 Prot 30,0 HC  
Mongeta tendra, patata i pastanaga  
Salmó al forn amb all i julivert -4-13  
Enciam i olives negres  
logurt de soja 17-8

**25** 602 Kcal 16,0 Gr 0,0 AGS 24,7 Prot 84,4 HC  
Llenties estofades amb verdures 27  
Truita de patates 64-3  
Enciam i pastanaga ratllada  
Fruita de temporada 19

**26** 509 Kcal 14,9 Gr 0,0 AGS 27,0 Prot 65,0 HC  
Coliflor i patata  
Rap arrebossat(sense al·lèrgens) -4  
Enciam i tomàquet  
Fruita de temporada 19

**27** 542 Kcal 23,9 Gr 0,0 AGS 21,7 Prot 57,0 HC  
Crema de pastanaga 99  
Broqueta de pollastre amb patates 21-1T-10T-11T-12T-13T  
Fruita de temporada 19

**28** 556 Kcal 14,9Gr 0,0 AGS 26,3 Prot 77,8 HC  
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)  
Estofat de vedella amb verdures 21  
Fruita de temporada 19

**29** 706 Kcal 19,1 Gr 0,0 AGS 38,6 Prot 95,1 HC  
Macarrons integrals amb tomàquet -1-8T-11T  
Pollastre al curri amb poma 64-1T-7T-9T-10T-11T-12T-13  
Enciam i blat de moro  
logurt de soja 17-8

## Dilluns

## Dimarts

## Dimecres

## Dijous

## Divendres



**4** 716 Kcal 33,9 Gr 0,0 AGS 23,2 Prot 77,3 HC  
Arròs integral amb verdures i tomàquet **27**  
Trita francesa amb formatge **18-2-3**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
logurt natural **18-2**

**5** 509 Kcal 14,8 Gr 0,0 AGS 27,6 Prot 63,4 HC  
Crema de carbassa i mongeta seca **99-13**  
Filet de lluç amb patates **87-4**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**6** 914 Kcal 40,9 Gr 0,0 AGS 31,8 Prot 103,3 HC  
Amanida de pasta **26-1-3T-4-8T-11T**  
Mandonguilles a la jardineria **15-8-13**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**7** 588 Kcal 18,6Gr 0,0 AGS 32,0 Prot 70,9 HC  
Amanida grega **-2**  
Llenties estofades amb verdures **27**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**8** 651 Kcal 22,3 Gr 0,0 AGS 37,5 Prot 72,9 HC  
Amanida alemanya **-8-11-13**  
Pit de pollastre amb salsa **21**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**



**11**  
**FESTIU**

**12** 878 Kcal 38,0 Gr 0,0 AGS 36,0 Prot 97,5 HC  
Pasta integral amb pesto **-1-2-3-7T-8T-9-11T-13**  
Salsitxes de porc a la planxa **15-13**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
logurt natural **18-2**

**13** 636 Kcal 27,9 Gr 0,0 AGS 32,5 Prot 62,5 HC  
Amanida russa **25-3-4**  
Gall d'indi estofat amb xampinyons  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**14** 704 Kcal 18,8Gr 0,0 AGS 24,9 Prot 98,4 HC  
Mongetes seques ECO estofades **27**  
Trita de carbassó i patata **38-3**  
Enciam i blat de moro  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**15** 613 Kcal 15,8 Gr 0,0 AGS 33,2 Prot 84,5 HC  
Arròs integral amb tomàquet **-13**  
Pernilets de pollastre a l'allet **66**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**18** 701 Kcal 20,8 Gr 0,0 AGS 32,7 Prot 94,8 HC  
Pasta amb salsa a elecció **T-1-3T-8T-11T**  
Filet de lluç amb patates **87-4**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**19** 768 Kcal 27,2 Gr 0,0 AGS 36,3 Prot 91,5 HC  
Arròs amb xampinyons i tomàquet **-13**  
Llom a la planxa amb salsa **15**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**20** 622 Kcal 20,0 Gr 0,0 AGS 37,5 Prot 70,8 HC  
Amanida de patata, olives, tomàquet i blat de moro **99**  
Pollastre arrebossat **18-1-2-3-8T-11T-12T**  
Enciam i blat de moro  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**21** 655 Kcal 17,6Gr 0,0 AGS 27,1 Prot 92,4 HC  
Cigrons ECO estofats amb espinacs  
Trita francesa **3**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**22** 549 Kcal 16,6 Gr 0,0 AGS 40,8 Prot 47,5 HC  
Mongeta tendra, patata i pastanaga  
Salmó al forn amb all i julivert **-4-13**  
Enciam i olives negres  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
logurt natural **18-2**

**25** 653 Kcal 16,3 Gr 0,0 AGS 26,3 Prot 94,4 HC  
Llenties estofades amb verdures **27**  
Trita de patates **64-3**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**26** 508 Kcal 12,8 Gr 0,0 AGS 29,8 Prot 66,6 HC  
Coliflor i patata  
Rap arrebossat **-1-2-3-4-8T-11T-12T**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**27** 697 Kcal 38,8 Gr 0,0 AGS 25,1 Prot 76,1 HC  
Gaspatxo(a elecció) **27-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T-13**  
Crema de pastanaga(a elecció) **99**  
Broqueta de pollastre amb patates **21-1T-10T-11T-12T-13T**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**28** 606 Kcal 15,1Gr 0,0 AGS 27,9 Prot 87,8 HC  
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)  
Estofat de vedella amb verdures **21**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

## Dilluns

## Dimarts

## Dimecres

## Dijous

## Divendres



**4** 716 Kcal 33,9 Gr 0,0 AGS 23,2 Prot 77,3 HC  
Arròs integral amb verdures i tomàquet **27**  
Truita francesa amb formatge **18-2-3**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
logurt natural **18-2**

**5** 509 Kcal 14,8 Gr 0,0 AGS 27,6 Prot 63,4 HC  
Crema de carbassa i mongeta seca **99-13**  
Filet de lluç amb patates **87-4**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**6** 994 Kcal 34,0 Gr 0,0 AGS 35,7 Prot 136,2 HC  
Amanida de pasta **26-1-3T-4-8T-11T**  
Falafel a la jardineria **17-1T-3T-8T-9T-12T**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**7** 588 Kcal 18,6Gr 0,0 AGS 32,0 Prot 70,9 HC  
Amanida grega **-2**  
Llenties estofades amb verdures **27**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**8** 566 Kcal 13,3 Gr 0,0 AGS 37,2 Prot 64,6 HC  
Amanida de patata, olives, tomàquet i blat de moro **99**  
Salmó al forn **-4**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**



**12** 836 Kcal 30,0 Gr 0,0 AGS 35,9 Prot 104,6 HC  
Pasta integral amb pesto **-1-2-3-7T-8T-9-11T-13**  
Ous al forn amb tomàquet **26-3**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
logurt natural **18-2**

**13** 689 Kcal 29,5 Gr 0,0 AGS 43,5 Prot 52,8 HC  
Amanida russa **25-3-4**  
Salmó al forn **-4**  
xampinyons saltats **40-13**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**14** 704 Kcal 18,8Gr 0,0 AGS 24,9 Prot 98,4 HC  
Mongetes seques ECO estofades **27**  
Truita de carbassó i patata **38-3**  
Enciam i blat de moro  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**15** 604 Kcal 12,5 Gr 0,0 AGS 39,1 Prot 84,4 HC  
Arròs integral amb tomàquet **-13**  
Caçó al forn **66-4-13**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**18** 701 Kcal 20,8 Gr 0,0 AGS 32,7 Prot 94,8 HC  
Pasta amb salsa a elecció **T-1-3T-8T-11T**  
Filet de lluç amb patates **87-4**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**19** 768 Kcal 25,5 Gr 0,0 AGS 17,8 Prot 112,0 HC  
Arròs amb xampinyons i tomàquet **-13**  
Truita paisana **99-3**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**20** 700 Kcal 27,6 Gr 0,0 AGS 20,0 Prot 90,6 HC  
Amanida de patata, olives, tomàquet i blat de moro **99**  
Varetes de lluç **87-1-4-8T-11T**  
Enciam i blat de moro  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**21** 655 Kcal 17,6Gr 0,0 AGS 27,1 Prot 92,4 HC  
Cigrans ECO estofats amb espinacs  
Truita francesa **3**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**22** 549 Kcal 16,6 Gr 0,0 AGS 40,8 Prot 47,5 HC  
Mongeta tendra, patata i pastanaga  
Salmó al forn amb all i julivert **-4-13**  
Enciam i olives negres  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
logurt natural **18-2**

**25** 653 Kcal 16,3 Gr 0,0 AGS 26,3 Prot 94,4 HC  
Llenties estofades amb verdures **27**  
Truita de patates **64-3**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**26** 508 Kcal 12,8 Gr 0,0 AGS 29,8 Prot 66,6 HC  
Coliflor i patata  
Rap arrebossat **-1-2-3-4-8T-11T-12T**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**27** 676 Kcal 37,8 Gr 0,0 AGS 24,0 Prot 74,3 HC  
Gaspatxo(a elecció) **27-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T-13**  
Crema de pastanaga(a elecció) **99**  
Ous al forn amb patates i tomàquet **26-3**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**28** 635 Kcal 18,1Gr 0,0 AGS 37,5 Prot 80,2 HC  
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)  
Caçó al forn amb wok de verdures **-4**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**29** 813 Kcal 24,7 Gr 0,0 AGS 29,2 Prot 117,4 HC  
Macarrons integrals amb tomàquet i formatge ratllat **18-1-2-8T-11T**  
Truita francesa **3**  
Enciam i blat de moro  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
logurt natural **18-2**

## Dilluns

## Dimarts

## Dimecres

## Dijous

## Divendres



**4** 569 Kcal 21,2 Gr 0,0 AGS 30,0 Prot 62,6 HC  
Arròs integral amb verdures i tomàquet **27**  
Vedella a la planxa  
Enciam i pastanaga ratllada  
logurt natural **18-2**

**5** 458 Kcal 14,5 Gr 0,0 AGS 26,0 Prot 53,4 HC  
Crema de carbassa i mongeta seca **99-13**  
Filet de lluç amb patates **87-4**  
Fruita de temporada **19**

**6** 869 Kcal 40,6 Gr 0,0 AGS 26,4 Prot 99,3 HC  
Amanida de pasta sense gluten **60-4-8T**  
Mandonguilles a la jardinera **15-8-13**  
Fruita de temporada **19**

**7** 537 Kcal 18,3Gr 0,0 AGS 30,4 Prot 60,9 HC  
Amanida grega **-2**  
Llenties estofades amb verdures **27**  
Fruita de temporada **19**

**8** 601 Kcal 22,1 Gr 0,0 AGS 35,9 Prot 62,9 HC  
Amanida alemanya **-8-11-13**  
Pit de pollastre amb salsa **21**  
Enciam i tomàquet  
Fruita de temporada **19**



**12** 760 Kcal 30,9 Gr 0,0 AGS 28,5 Prot 90,9 HC  
Pasta sense gluten i ou amb tomàquet **-8T**  
Salsitxes de porc a la planxa **15-13**  
Enciam i pastanaga ratllada  
logurt natural **18-2**

**13** 452 Kcal 11,5 Gr 0,0 AGS 31,1 Prot 54,8 HC  
Amanida russa (sense maionesa) **25-4**  
Gall d'indi estofat amb xampiyons  
Fruita de temporada **19**

**14** 534 Kcal 10,2Gr 0,0 AGS 39,5 Prot 64,9 HC  
Mongetes seques ECO estofades **27**  
Gallineta al forn **-4-13**  
Enciam i blat de moro  
Fruita de temporada **19**

**15** 563 Kcal 15,5 Gr 0,0 AGS 31,6 Prot 74,5 HC  
Arròs integral amb tomàquet **-13**  
Pernilets de pollastre a l'allet **66**  
Enciam i tomàquet  
Fruita de temporada **19**

**18** 733 Kcal 20,8 Gr 0,0 AGS 28,8 Prot 107,4 HC  
Pasta sense gluten i ou amb salsa a escollir **-8T**  
Filet de lluç amb patates **87-4**  
Fruita de temporada **19**

**19** 718 Kcal 26,9 Gr 0,0 AGS 34,7 Prot 81,5 HC  
Arròs amb xampinyons i tomàquet **-13**  
Llom a la planxa amb salsa **15**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Fruita de temporada **19**

**20** 595 Kcal 19,2 Gr 0,0 AGS 35,0 Prot 68,4 HC  
Amanida de patata, olives, tomàquet i blat de moro **99**  
Pollastre arrebossat(sense al·lèrgens) **21**  
Enciam i blat de moro  
Fruita de temporada **19**

**21** 582 Kcal 20,6Gr 0,0 AGS 35,3 Prot 59,2 HC  
Cigrans ECO estofats amb espinacs  
Vedella al forn amb xampinyons  
Fruita de temporada **19**

**22** 499 Kcal 16,3 Gr 0,0 AGS 39,2 Prot 37,5 HC  
Mongeta tendra, patata i pastanaga  
Salmó al forn amb all i julivert **-4-13**  
Enciam i olives negres  
logurt natural **18-2**

**25** 491 Kcal 11,6 Gr 0,0 AGS 36,6 Prot 57,4 HC  
Llenties estofades amb verdures **27**  
Filet de lluç al forn **-4**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Fruita de temporada **19**

**26** 509 Kcal 14,9 Gr 0,0 AGS 27,0 Prot 65,0 HC  
Coliflor i patata  
Rap arrebossat(sense al·lèrgens) **-4**  
Enciam i tomàquet  
Fruita de temporada **19**

**27** 542 Kcal 23,9 Gr 0,0 AGS 21,7 Prot 57,0 HC  
Crema de pastanaga **99**  
Broqueta de pollastre amb patates **21-1T-10T-11T-12T-13T**  
Fruita de temporada **19**

**28** 556 Kcal 14,9Gr 0,0 AGS 26,3 Prot 77,8 HC  
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)  
Estofat de vedella amb verdures **21**  
Fruita de temporada **19**

**29** 724 Kcal 22,7 Gr 0,0 AGS 37,7 Prot 92,4 HC  
Macarrons integrals amb tomàquet i formatge ratllat **18-1-2-8T-11T**  
Pollastre al curri amb poma **64-1T-7T-9T-10T-11T-12T-13**  
Enciam i blat de moro  
logurt natural **18-2**

## Dilluns

## Dimarts

## Dimecres

## Dijous

## Divendres



**4** 767 Kcal 34,1 Gr 0,0 AGS 24,8 Prot 89,2 HC  
Arròs integral amb verdures i tomàquet 27  
Trita francesa amb formatge 18-2-3  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa blanc 17T-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T  
logurt natural 18-2

**5** 560 Kcal 14,9 Gr 0,0 AGS 29,2 Prot 75,2 HC  
Crema de carbassa i mongeta seca 99-13  
Filet de lluç amb patates 87-4  
Pa blanc 17T-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**6** 965 Kcal 41,0 Gr 0,0 AGS 33,4 Prot 115,1 HC  
Amanida de pasta 26-1-3T-4-8T-11T  
Mandonguilles a la jardinera 15-8-13  
Pa blanc 17T-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**7** 639 Kcal 18,8Gr 0,0 AGS 33,6 Prot 82,8 HC  
Amanida grega -2  
Llenties estofades amb verdures 27  
Pa blanc 17T-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**8** 643 Kcal 17,5 Gr 0,0 AGS 34,8 Prot 85,1 HC  
Amanida de patata, olives, tomàquet i blat de moro 99  
Pit de pollastre amb salsa 21  
Enciam i tomàquet  
Pa blanc 17T-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada 19



**12** 928 Kcal 38,2 Gr 0,0 AGS 37,6 Prot 109,4 HC  
Pasta integral amb pesto -1-2-3-7T-8T-9-11T-13  
Salsitxes de porc a la planxa 15-13  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa blanc 17T-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T  
logurt natural 18-2

**13** 687 Kcal 28,1 Gr 0,0 AGS 34,1 Prot 74,3 HC  
Amanida russa 25-3-4  
Gall d'indi estofat amb xampiyons  
Pa blanc 17T-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**14** 755 Kcal 19,0Gr 0,0 AGS 26,5 Prot 110,2 HC  
Mongetes seques ECO estofades 27  
Trita de carbassó i patata 38-3  
Enciam i blat de moro  
Pa blanc 17T-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**15** 664 Kcal 15,9 Gr 0,0 AGS 34,8 Prot 96,4 HC  
Arròs integral amb tomàquet -13  
Pernillets de pollastre a l'ailet 66  
Enciam i tomàquet  
Pa blanc 17T-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**18** 752 Kcal 21,0 Gr 0,0 AGS 34,3 Prot 106,6 HC  
Pasta amb salsa a elecció T-1-3T-8T-11T  
Filet de lluç amb patates 87-4  
Pa blanc 17T-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**19** 819 Kcal 27,3 Gr 0,0 AGS 37,9 Prot 103,3 HC  
Arròs amb xampinyons i tomàquet -13  
Llom a la planxa amb salsa 15  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa blanc 17T-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**20** 696 Kcal 19,6 Gr 0,0 AGS 38,2 Prot 90,2 HC  
Amanida de patata, olives, tomàquet i blat de moro 99  
Pollastre arrebossat(sense al·lèrgens) 21  
Enciam i blat de moro  
Pa blanc 17T-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**21** 706 Kcal 17,7Gr 0,0 AGS 28,7 Prot 104,2 HC  
Cigrons ECO estofats amb espinacs  
Trita francesa 3  
Enciam i tomàquet  
Pa blanc 17T-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**22** 600 Kcal 16,8 Gr 0,0 AGS 42,4 Prot 59,4 HC  
Mongeta tendra, patata i pastanaga  
Salmó al forn amb all i julivert -4-13  
Enciam i olives negres  
Pa blanc 17T-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T  
logurt natural 18-2

**25** 703 Kcal 16,4 Gr 0,0 AGS 27,9 Prot 106,3 HC  
Llenties estofades amb verdures 27  
Trita de patates 64-3  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa blanc 17T-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**26** 610 Kcal 15,3 Gr 0,0 AGS 30,2 Prot 86,9 HC  
Coliflor i patata  
Rap arrebossat(sense al·lèrgens) -4  
Enciam i tomàquet  
Pa blanc 17T-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**27** 748 Kcal 39,0 Gr 0,0 AGS 26,7 Prot 88,0 HC  
Gaspatxo(a elecció) 27-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T-13  
Crema de pastanaga(a elecció) 99  
Broqueta de pollastre amb patates 21-1T-10T-11T-12T-13T  
Pa blanc 17T-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**28** 657 Kcal 15,3Gr 0,0 AGS 29,5 Prot 99,7 HC  
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)  
Estofat de vedella amb verdures 21  
Pa blanc 17T-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T  
Fruita de temporada 19

**29** 825 Kcal 23,1 Gr 0,0 AGS 40,9 Prot 114,3 HC  
Macarrons integrals amb tomàquet i formatge ratllat 18-1-2-8T-11T  
Pollastre al curri amb poma 64-1T-7T-9T-10T-11T-12T-13  
Enciam i blat de moro  
Pa blanc 17T-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T  
logurt natural 18-2

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



**4** 716 Kcal 33,9 Gr 0,0 AGS 23,2 Prot 77,3 HC  
 Arròs integral amb verdures i tomàquet 27  
 Truita francesa amb formatge 18-2-3  
 Enciam i pastanaga ratllada  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 logurt natural 18-2

**5** 528 Kcal 14,8 Gr 0,0 AGS 27,7 Prot 68,1 HC  
 Crema de carbassa i mongeta seca 99-13  
 Filet de lluç amb patates 87-4  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita(baixa en sorbitol) 19

**6** 934 Kcal 40,9 Gr 0,0 AGS 31,9 Prot 108,0 HC  
 Amanida de pasta 26-1-3T-4-8T-11T  
 Mandonguilles a la jardinera 15-8-13  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita(baixa en sorbitol) 19

**7** 607 Kcal 18,6Gr 0,0 AGS 32,2 Prot 75,7 HC  
 Amanida grega -2  
 Llenties estofades amb verdures 27  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita(baixa en sorbitol) 19

**8** 610 Kcal 18,0 Gr 0,0 AGS 33,2 Prot 76,6 HC  
 Amanida de patata, tomàquet i olives 99  
 Pit de pollastre amb salsa 21  
 Enciam i tomàquet  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita(baixa en sorbitol) 19



**12** 878 Kcal 38,0 Gr 0,0 AGS 36,0 Prot 97,5 HC  
 Pasta integral amb pesto -1-2-3-7T-8T-9-11T-13  
 Salsitxes de porc a la planxa 15-13  
 Enciam i pastanaga ratllada  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 logurt natural 18-2

**13** 664 Kcal 31,7 Gr 0,0 AGS 35,4 Prot 58,5 HC  
 Amanida russa 25-3-4  
 Gall d'indi a la planxa amb carbassó  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita(baixa en sorbitol) 19

**14** 724 Kcal 18,8Gr 0,0 AGS 25,1 Prot 103,1 HC  
 Mongetes seques ECO estofades 27  
 Truita de carbassó i patata 38-3  
 Enciam i blat de moro  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita(baixa en sorbitol) 19

**15** 632 Kcal 15,8 Gr 0,0 AGS 33,4 Prot 89,2 HC  
 Arròs integral amb tomàquet -13  
 Pernilets de pollastre a l'alet 66  
 Enciam i tomàquet  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita(baixa en sorbitol) 19

**18** 721 Kcal 20,8 Gr 0,0 AGS 32,8 Prot 99,5 HC  
 Pasta amb salsa a elecció T-1-3T-8T-11T  
 Filet de lluç amb patates 87-4  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita(baixa en sorbitol) 19

**19** 800 Kcal 27,8 Gr 0,0 AGS 36,3 Prot 97,8 HC  
 Arròs amb tomàquet -13  
 Llom a la planxa amb salsa 15  
 Enciam i pastanaga ratllada  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita(baixa en sorbitol) 19

**20** 642 Kcal 20,0 Gr 0,0 AGS 37,7 Prot 75,6 HC  
 Amanida de patata, olives, tomàquet i blat de moro 99  
 Pollastre arrebossat 18-1-2-3-8T-11T-12T  
 Enciam i blat de moro  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita(baixa en sorbitol) 19

**21** 675 Kcal 17,6Gr 0,0 AGS 27,3 Prot 97,1 HC  
 Cigrons ECO estofats amb espinacs  
 Truita francesa 3  
 Enciam i tomàquet  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita(baixa en sorbitol) 19

**22** 549 Kcal 16,6 Gr 0,0 AGS 40,8 Prot 47,5 HC  
 Mongeta tendra, patata i pastanaga  
 Salmó al forn amb all i julivert -4-13  
 Enciam i olives negres  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 logurt natural 18-2

**25** 672 Kcal 16,3 Gr 0,0 AGS 26,4 Prot 99,1 HC  
 Llenties estofades amb verdures 27  
 Truita de patates 64-3  
 Enciam i pastanaga ratllada  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita(baixa en sorbitol) 19

**26** 528 Kcal 12,7 Gr 0,0 AGS 29,7 Prot 72,7 HC  
 Bledes amb patates  
 Rap arrebossat -1-2-3-4-8T-11T-12T  
 Enciam i tomàquet  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita(baixa en sorbitol) 19

**27** 716 Kcal 38,8 Gr 0,0 AGS 25,2 Prot 80,8 HC  
 Gaspatxo(a elecció) 27-1-2T-3T-8T-9T-11T-12T-13  
 Crema de pastanaga(a elecció) 99  
 Broqueta de pollastre amb patates 21-1T-10T-11T-12T-13T  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita(baixa en sorbitol) 19

**28** 626 Kcal 15,1Gr 0,0 AGS 28,0 Prot 92,6 HC  
 Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)  
 Estofat de vedella amb verdures 21  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 Fruita(baixa en sorbitol) 19

**29** 774 Kcal 22,9 Gr 0,0 AGS 39,3 Prot 102,4 HC  
 Macarrons integrals amb tomàquet i formatge ratllat 18-1-2-8T-11T  
 Pollastre al curri amb poma 64-1T-7T-9T-10T-11T-12T-13  
 Enciam i blat de moro  
 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T  
 logurt natural 18-2

## Dilluns

## Dimarts

## Dimecres

## Dijous

## Divendres

**4** 716 Kcal 33,9 Gr 0,0 AGS 23,2 Prot 77,3 HC  
Arròs integral amb verdures i tomàquet **27**  
Truita francesa amb formatge **18-2-3**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
logurt natural **18-2**

**5** 476 Kcal 16,1 Gr 0,0 AGS 29,3 Prot 51,8 HC  
Crema de carbassa i mongeta seca **99-13**  
Gall d'indi a la planxa amb carbassó  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**6** 940 Kcal 29,9 Gr 0,0 AGS 30,1 Prot 137,7 HC  
Amanida de pasta amb tomàquet i blat de moro **26-1-3T-8T-11T**  
Falafel a la jardineria **17-1T-3T-8T-9T-12T**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**7** 588 Kcal 18,6Gr 0,0 AGS 32,0 Prot 70,9 HC  
Amanida grega **-2**  
Llenties estofades amb verdures **27**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**8** 590 Kcal 18,0 Gr 0,0 AGS 33,1 Prot 71,8 HC  
Amanida de patata, tomàquet i olives **99**  
Pit de pollastre amb salsa **21**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**11**  


**12** 774 Kcal 25,2 Gr 0,0 AGS 37,7 Prot 98,5 HC  
Pasta integral amb pesto **-1-2-3-7T-8T-9-11T-13**  
Salsitxes de pollastre a la planxa **21-8T-13**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
logurt natural **18-2**

**13** 554 Kcal 21,5 Gr 0,0 AGS 26,5 Prot 62,4 HC  
Amanida russa(sense tonyina) **17-3**  
Gall d'indi estofat amb xampinyons  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**14** 704 Kcal 18,8Gr 0,0 AGS 24,9 Prot 98,4 HC  
Mongetes seques ECO estofades **27**  
Truita de carbassó i patata **38-3**  
Enciam i blat de moro  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**15** 613 Kcal 15,8 Gr 0,0 AGS 33,2 Prot 84,5 HC  
Arròs integral amb tomàquet **-13**  
Pernillets de pollastre a l'ailet **66**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**18** 668 Kcal 22,2 Gr 0,0 AGS 34,4 Prot 83,2 HC  
Pasta amb salsa a elecció **T-1-3T-8T-11T**  
Gall d'indi a la planxa amb carbassó  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**19** 768 Kcal 25,5 Gr 0,0 AGS 17,8 Prot 112,0 HC  
Arròs amb xampinyons i tomàquet **-13**  
Truita paisana **99-3**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**20** 622 Kcal 20,0 Gr 0,0 AGS 37,5 Prot 70,8 HC  
Amanida de patata, olives, tomàquet i blat de moro **99**  
Pollastre arrebossat **18-1-2-3-8T-11T-12T**  
Enciam i blat de moro  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**21** 655 Kcal 17,6Gr 0,0 AGS 27,1 Prot 92,4 HC  
Cigrons ECO estofats amb espinacs  
Truita francesa **3**  
Enciam i tomàquet  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**22** 581 Kcal 27,0 Gr 0,0 AGS 33,9 Prot 47,4 HC  
Mongeta tendra, patata i pastanaga  
Pollastre al forn amb lloret i farigola **21**  
Enciam i olives negres  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
logurt natural **18-2**

**25** 653 Kcal 16,3 Gr 0,0 AGS 26,3 Prot 94,4 HC  
Llenties estofades amb verdures **27**  
Truita de patates **64-3**  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**26** 504 Kcal 16,1 Gr 0,0 AGS 30,0 Prot 58,3 HC  
Coliflor i patata  
Gall d'indi a la planxa amb carbassó  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**27** 593 Kcal 24,1 Gr 0,0 AGS 23,3 Prot 67,0 HC  
Crema de pastanaga **99**  
Broqueta de pollastre amb patates **21-1T-10T-11T-12T-13T**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**28** 607 Kcal 18,6Gr 0,0 AGS 22,7 Prot 85,4 HC  
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)  
Ous al forn amb tomàquet **26-3**  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
Fruita de temporada **19**

**29** 774 Kcal 22,9 Gr 0,0 AGS 39,3 Prot 102,4 HC  
Macarrons integrals amb tomàquet i formatge ratllat **18-1-2-8T-11T**  
Pollastre al curri amb poma **64-1T-7T-9T-10T-11T-12T-13**  
Enciam i blat de moro  
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**  
logurt natural **18-2**