

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

7

8

820 Kcal 32,0 Gr 0,0 AGS 16,7 Prot 112,8 HC

Arròs integral amb tomàquet 13

Croquetes de bacallà

1-2-3T-4-5T-6T-8T-9T-10T-11T-12T-14T

Enciam i llavors de gira-sol 9

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

9

589 Kcal 11,8 Gr 0,0 AGS 38,8 Prot 77,7 HC

Llenties estofades amb verdures

Filet de lluç amb patates 4

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

10

883 Kcal 21,6Gr 0,0 AGS 23,4 Prot 149,6 HC

Pasta integral amb pesto

1-2-3-7T-8T-9-11T-13

Hamburguesa de cigrons

1-2T-3T-4T-5T-6T-7T-8T-9T-13T

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

11



14

593 Kcal 23,8 Gr 0,0 AGS 18,7 Prot 69,6 HC

Crema de carbassa i mongeta seca 13

Truita de patates 3

Enciam i olives negres

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

logurt natural 2

15

712 Kcal 18,9 Gr 0,0 AGS 34,6 Prot 100,2 HC

Espirals amb tomàquet i formatge

1-2-3T-8T-11T

Filet de lluç al forn 4

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

16

585 Kcal 16,8 Gr 0,0 AGS 37,7 Prot 74,1 HC

Cigrons estofats amb verdures

Bacallà amb samfaina 1-4-8T-11T-13T

Enciam i tomàquet

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

17

733 Kcal 23,7Gr 0,0 AGS 27,1 Prot 99,7 HC

Paella de verdures 13

Ous al forn amb patates i tomàquet 3

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

18

694 Kcal 29,6 Gr 0,0 AGS 15,8 Prot 86,4 HC

Bròquil ECO i patata

Croquetes de bacallà

1-2-3T-4-5T-6T-8T-9T-10T-11T-12T-14T

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

21

600 Kcal 13,9 Gr 0,0 AGS 28,6 Prot 86,9 HC

Llenties estofades amb verdures

Truita francesa 3

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

22

529 Kcal 14,7 Gr 0,0 AGS 27,5 Prot 68,7 HC

Mongeta tendra ECO, patata i pastanaga

Filet de lluç amb patates 4

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

23

722 Kcal 30,0 Gr 0,0 AGS 27,2 Prot 81,3 HC

Mongetes seques estofades amb verdures

Croquetes de bacallà

1-2-3T-4-5T-6T-8T-9T-10T-11T-12T-14T

Enciam i olives negres(opcional)

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

logurt natural 2

24

843 Kcal 30,0Gr 0,0 AGS 27,2 Prot 113,2 HC

Amanida de pasta amb salsa rosa

1-2T-3-4-5T-8T-10-11T

Truita de carbassó i patata 3

Enciam i tomàquet

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

25

613 Kcal 14,7 Gr 0,0 AGS 30,2 Prot 89,6 HC

Arròs integral amb xampinyons i tomàquet 13

Rap arrebossat 1-2-3-4-8T-11T-12T

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

28

554 Kcal 15,9 Gr 0,0 AGS 41,7 Prot 49,6 HC

Coliflor i patata

Salmó al forn 4

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

logurt natural 2

29

786 Kcal 35,9 Gr 0,0 AGS 23,0 Prot 93,8 HC

Macarrons integrals amb salsa a elecció 1-8T-11T

Truita francesa amb formatge 2-3

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

30

742 Kcal 26,2 Gr 0,0 AGS 33,0 Prot 86,7 HC

Cigrons amb patata i oli d'oliva

Ous al forn amb patates i tomàquet 3

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

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

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

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

7		8 798 Kcal 32,4 Gr 0,0 AGS 26,2 Prot 98,9 HC Arròs integral amb tomàquet 13 Finguers de pollastre (sense gluten, ou i llet) Enciam Fruita de temporada	9 538 Kcal 11,5 Gr 0,0 AGS 37,2 Prot 67,7 HC Llenties estofades amb verdures Filet de lluç amb patates 4 Fruita de temporada	10 770 Kcal 30,3Gr 0,0 AGS 30,8 Prot 94,2 HC Pasta integral amb tomàquet 1-8T-11T Hamburguesa de vedella i porc a la planxa 8-13 Enciam i blat de moro Fruita de temporada	11 
14 543 Kcal 23,5 Gr 0,0 AGS 17,1 Prot 59,6 HC Crema de carbassa i mongeta seca 13 Truita de patates 3 Enciam i olives negres logurt natural 2	15 792 Kcal 33,2 Gr 0,0 AGS 31,8 Prot 90,9 HC Espirals amb tomàquet i formatge 1-2-3T-8T-11T Botifarra de porc 8T-13 Enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 501 Kcal 15,0 Gr 0,0 AGS 36,2 Prot 52,2 HC Cigrons estofats amb verdures Gall d'indi a la planxa Enciam i tomàquet Fruita de temporada	17 578 Kcal 16,0Gr 0,0 AGS 32,2 Prot 75,6 HC Paella de verdures 13 Pollastre al forn a les fines herbes Enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada	18 441 Kcal 12,3 Gr 0,0 AGS 26,7 Prot 54,2 HC Bròquil ECO i patata Gall d'indi estofat amb pastanaga, pèsols i xampiyons Fruita de temporada	
21 549 Kcal 13,6 Gr 0,0 AGS 27,0 Prot 76,9 HC Llenties estofades amb verdures Truita francesa 3 Enciam i blat de moro Fruita de temporada	22 478 Kcal 14,4 Gr 0,0 AGS 25,9 Prot 58,7 HC Mongeta tendra ECO, patata i pastanaga Filet de lluç amb patates 4 Fruita de temporada	23 633 Kcal 26,1 Gr 0,0 AGS 47,7 Prot 48,1 HC Mongetes seques estofades amb verdures Llom amb salsa de poma Enciam i olives negres(opcional) logurt natural 2	24 739 Kcal 27,8Gr 0,0 AGS 44,0 Prot 78,2 HC Amanida de pasta amb salsa rosa 1-2T-3-4-5T-8T-10-11T Aletes de pollastre al forn Enciam i tomàquet Fruita de temporada	25 565 Kcal 19,1 Gr 0,0 AGS 26,3 Prot 71,8 HC Arròs integral amb xampinyons i tomàquet 13 Vedella a la planxa Enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada	
28 503 Kcal 15,6 Gr 0,0 AGS 40,1 Prot 39,6 HC Coliflor i patata Salmó al forn 4 Enciam i pastanaga ratllada logurt natural 2	29 735 Kcal 35,6 Gr 0,0 AGS 21,4 Prot 83,8 HC Macarrons integrals amb salsa a elecció 1-8T-11T Truita francesa amb formatge 2-3 Enciam i blat de moro Fruita de temporada	30 576 Kcal 16,3 Gr 0,0 AGS 40,3 Prot 61,5 HC Cigrons amb patata i oli d'oliva Pit de pollastre a la planxa Enciam i olives negres Fruita de temporada			

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

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

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

7 	8 798 Kcal 32,4 Gr 0,0 AGS 26,2 Prot 98,9 HC Arròs integral amb tomàquet 13 Finguers de pollastre (sense gluten, ou i llet) Enciam Fruita de temporada	9 538 Kcal 11,5 Gr 0,0 AGS 37,2 Prot 67,7 HC Llenties estofades amb verdures Filet de lluç amb patates 4 Fruita de temporada	10 770 Kcal 30,3Gr 0,0 AGS 30,8 Prot 94,2 HC Pasta integral amb tomàquet 1-8T-11T Hamburguesa de vedella i porc a la planxa 8-13 Enciam i blat de moro Fruita de temporada	11 
14 447 Kcal 20,0 Gr 0,0 AGS 32,3 Prot 31,6 HC Crema de carbassa i mongeta seca 13 Pollastre al forn Enciam i olives negres logurt natural 2	15 781 Kcal 30,1 Gr 0,0 AGS 26,5 Prot 100,8 HC Pasta sense gluten i ou amb tomàquet 8T Botifarra de porc 8T-13 Enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 534 Kcal 16,5 Gr 0,0 AGS 36,1 Prot 64,1 HC Cigrons estofats amb verdures Bacallà amb samfaina 1-4-8T-11T-13T Enciam i tomàquet Fruita de temporada	17 578 Kcal 16,0Gr 0,0 AGS 32,2 Prot 75,6 HC Paella de verdures 13 Pollastre al forn a les fines herbes Enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada	18 441 Kcal 12,3 Gr 0,0 AGS 26,7 Prot 54,2 HC Bròquil ECO i patata Gall d'indi estofat amb pastanaga, pèsols i xampinyons Fruita de temporada
21 456 Kcal 11,7 Gr 0,0 AGS 37,5 Prot 55,6 HC Llenties estofades amb verdures Bacallà al forn 4-13T Enciam i blat de moro Fruita de temporada	22 478 Kcal 14,4 Gr 0,0 AGS 25,9 Prot 58,7 HC Mongeta tendra ECO, patata i pastanaga Filet de lluç amb patates 4 Fruita de temporada	23 633 Kcal 26,1 Gr 0,0 AGS 47,7 Prot 48,1 HC Mongetes seques estofades amb verdures Llom amb salsa de poma Enciam i olives negres(opcional) logurt natural 2	24 723 Kcal 25,1Gr 0,0 AGS 40,9 Prot 84,2 HC Amanida de pasta sense gluten 4-8T Aletes de pollastre al forn Enciam i tomàquet Fruita de temporada	25 596 Kcal 14,0 Gr 0,0 AGS 30,1 Prot 87,1 HC Arròs integral amb xampinyons i tomàquet 13 Rap arrebossat(sense al·lèrgens) 4 Enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada
28 503 Kcal 15,6 Gr 0,0 AGS 40,1 Prot 39,6 HC Coliflor i patata Salmó al forn 4 Enciam i pastanaga ratllada logurt natural 2	29 635 Kcal 22,1 Gr 0,0 AGS 32,6 Prot 79,1 HC Macarrons integrals amb salsa a elecció 1-8T-11T Gall d'indi a la planxa Enciam i blat de moro Fruita de temporada	30 576 Kcal 16,3 Gr 0,0 AGS 40,3 Prot 61,5 HC Cigrons amb patata i oli d'oliva Pit de pollastre a la planxa Enciam i olives negres Fruita de temporada		

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

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

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

7 	8 798 Kcal 32,4 Gr 0,0 AGS 26,2 Prot 98,9 HC Arròs integral amb tomàquet 13 Finguers de pollastre (sense gluten, ou i llet) Enciam Fruita de temporada	9 482 Kcal 14,4 Gr 0,0 AGS 27,3 Prot 60,4 HC Espinacs amb patates Filet de lluç amb patates 4 Fruita de temporada	10 770 Kcal 30,3Gr 0,0 AGS 30,8 Prot 94,2 HC Pasta integral amb tomàquet 1-8T-11T Hamburguesa de vedella i porc a la planxa 8-13 Enciam i blat de moro Fruita de temporada	11 
14 444 Kcal 19,8 Gr 0,0 AGS 31,1 Prot 32,7 HC Crema de carbassa Pollastre al forn Enciam i olives negres logurt natural 2	15 781 Kcal 30,1 Gr 0,0 AGS 26,5 Prot 100,8 HC Pasta sense gluten i ou amb tomàquet 8T Botifarra de porc 8T-13 Enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 490 Kcal 17,5 Gr 0,0 AGS 27,7 Prot 63,0 HC Carbassa i patata al forn Bacallà amb samfaina 1-4-8T-11T-13T Enciam i tomàquet Fruita de temporada	17 537 Kcal 15,8Gr 0,0 AGS 28,9 Prot 69,3 HC Paella de verdures 13 Pollastre al forn a les fines herbes Enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada	18 450 Kcal 12,2 Gr 0,0 AGS 26,6 Prot 56,7 HC Bròquil ECO i patata Gall d'indi estofat amb pastanaga i xampinyons Fruita de temporada
21 365 Kcal 14,6 Gr 0,0 AGS 24,9 Prot 40,0 HC Crema de pastanaga Bacallà al forn 4-13T Enciam i blat de moro Fruita de temporada	22 478 Kcal 14,4 Gr 0,0 AGS 25,9 Prot 58,7 HC Mongeta tendra ECO, patata i pastanaga Filet de lluç amb patates 4 Fruita de temporada	23 603 Kcal 29,1 Gr 0,0 AGS 37,6 Prot 43,6 HC Trinxat de carbassa 13 Llom amb salsa de poma Enciam i olives negres(opcional) logurt natural 2	24 723 Kcal 25,1Gr 0,0 AGS 40,9 Prot 84,2 HC Amanida de pasta sense gluten 4-8T Aletes de pollastre al forn Enciam i tomàquet Fruita de temporada	25 596 Kcal 14,0 Gr 0,0 AGS 30,1 Prot 87,1 HC Arròs integral amb xampinyons i tomàquet 13 Rap arrebossat(sense al·lèrgens) 4 Enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada
28 503 Kcal 15,6 Gr 0,0 AGS 40,1 Prot 39,6 HC Coliflor i patata Salmó al forn 4 Enciam i pastanaga ratllada logurt natural 2	29 696 Kcal 22,4 Gr 0,0 AGS 30,3 Prot 95,3 HC Pasta sense gluten i ou amb salsa a escollir 8T Gall d'indi a la planxa Enciam i blat de moro Fruita de temporada	30 440 Kcal 13,2 Gr 0,0 AGS 32,2 Prot 48,2 HC Espinacs amb patates Pit de pollastre a la planxa Enciam i olives negres Fruita de temporada		

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

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

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

7 	8 798 Kcal 32,4 Gr 0,0 AGS 26,2 Prot 98,9 HC Arròs integral amb tomàquet 13 Finguers de pollastre (sense gluten, ou i llet) Enciam Fruita de temporada	9 538 Kcal 11,5 Gr 0,0 AGS 37,2 Prot 67,7 HC Llenties estofades amb verdures Filet de lluç amb patates 4 Fruita de temporada	10 770 Kcal 30,3Gr 0,0 AGS 30,8 Prot 94,2 HC Pasta integral amb tomàquet 1-8T-11T Hamburguesa de vedella i porc a la planxa 8-13 Enciam i blat de moro Fruita de temporada	11 
14 543 Kcal 23,5 Gr 0,0 AGS 17,1 Prot 59,6 HC Crema de carbassa i mongeta seca 13 Truita de patates 3 Enciam i olives negres logurt natural 2	15 792 Kcal 33,2 Gr 0,0 AGS 31,8 Prot 90,9 HC Espirals amb tomàquet i formatge 1-2-3T-8T-11T Botifarra de porc 8T-13 Enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 534 Kcal 16,5 Gr 0,0 AGS 36,1 Prot 64,1 HC Cigrons estofats amb verdures Bacallà amb samfaina 1-4-8T-11T-13T Enciam i tomàquet Fruita de temporada	17 578 Kcal 16,0Gr 0,0 AGS 32,2 Prot 75,6 HC Paella de verdures 13 Pollastre al forn a les fines herbes Enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada	18 441 Kcal 12,3 Gr 0,0 AGS 26,7 Prot 54,2 HC Bròquil ECO i patata Gall d'indi estofat amb pastanaga, pèsols i xampiyons Fruita de temporada
21 549 Kcal 13,6 Gr 0,0 AGS 27,0 Prot 76,9 HC Llenties estofades amb verdures Truita francesa 3 Enciam i blat de moro Fruita de temporada	22 478 Kcal 14,4 Gr 0,0 AGS 25,9 Prot 58,7 HC Mongeta tendra ECO, patata i pastanaga Filet de lluç amb patates 4 Fruita de temporada	23 633 Kcal 26,1 Gr 0,0 AGS 47,7 Prot 48,1 HC Mongetes seques estofades amb verdures Llom amb salsa de poma Enciam i olives negres(opcional) logurt natural 2	24 739 Kcal 27,8Gr 0,0 AGS 44,0 Prot 78,2 HC Amanida de pasta amb salsa rosa 1-2T-3-4-5T-8T-10-11T Aletes de pollastre al forn Enciam i tomàquet Fruita de temporada	25 596 Kcal 14,0 Gr 0,0 AGS 30,1 Prot 87,1 HC Arròs integral amb xampinyons i tomàquet 13 Rap arrebossat(sense al·lèrgens) 4 Enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada
28 503 Kcal 15,6 Gr 0,0 AGS 40,1 Prot 39,6 HC Coliflor i patata Salmó al forn 4 Enciam i pastanaga ratllada logurt natural 2	29 735 Kcal 35,6 Gr 0,0 AGS 21,4 Prot 83,8 HC Macarrons integrals amb salsa a elecció 1-8T-11T Truita francesa amb formatge 2-3 Enciam i blat de moro Fruita de temporada	30 576 Kcal 16,3 Gr 0,0 AGS 40,3 Prot 61,5 HC Cigrons amb patata i oli d'oliva Pit de pollastre a la planxa Enciam i olives negres Fruita de temporada		

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

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

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

7 	8 798 Kcal 32,4 Gr 0,0 AGS 26,2 Prot 98,9 HC Arròs integral amb tomàquet 13 Finguers de pollastre (sense gluten, ou i llet) Enciam Fruita de temporada	9 538 Kcal 11,5 Gr 0,0 AGS 37,2 Prot 67,7 HC Llenties estofades amb verdures Filet de lluç amb patates 4 Fruita de temporada	10 770 Kcal 30,3Gr 0,0 AGS 30,8 Prot 94,2 HC Pasta integral amb tomàquet 1-8T-11T Hamburguesa de vedella i porc a la planxa 8-13 Enciam i blat de moro Fruita de temporada	11 
14 543 Kcal 23,5 Gr 0,0 AGS 17,1 Prot 59,6 HC Crema de carbassa i mongeta seca 13 Truita de patates 3 Enciam i olives negres logurt natural 2	15 792 Kcal 33,2 Gr 0,0 AGS 31,8 Prot 90,9 HC Espirals amb tomàquet i formatge 1-2-3T-8T-11T Botifarra de porc 8T-13 Enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 534 Kcal 16,5 Gr 0,0 AGS 36,1 Prot 64,1 HC Cigrons estofats amb verdures Bacallà amb samfaina 1-4-8T-11T-13T Enciam i tomàquet Fruita de temporada	17 578 Kcal 16,0Gr 0,0 AGS 32,2 Prot 75,6 HC Paella de verdures 13 Pollastre al forn a les fines herbes Enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada	18 441 Kcal 12,3 Gr 0,0 AGS 26,7 Prot 54,2 HC Bròquil ECO i patata Gall d'indi estofat amb pastanaga, pèsols i xampinyons Fruita de temporada
21 549 Kcal 13,6 Gr 0,0 AGS 27,0 Prot 76,9 HC Llenties estofades amb verdures Truita francesa 3 Enciam i blat de moro Fruita de temporada	22 478 Kcal 14,4 Gr 0,0 AGS 25,9 Prot 58,7 HC Mongeta tendra ECO, patata i pastanaga Filet de lluç amb patates 4 Fruita de temporada	23 633 Kcal 26,1 Gr 0,0 AGS 47,7 Prot 48,1 HC Mongetes seques estofades amb verdures Llom amb salsa de poma Enciam i olives negres(opcional) logurt natural 2	24 718 Kcal 25,1Gr 0,0 AGS 44,7 Prot 78,2 HC Amanida de pasta 1-3T-4-8T-11T Aletes de pollastre al forn Enciam i tomàquet Fruita de temporada	25 596 Kcal 14,0 Gr 0,0 AGS 30,1 Prot 87,1 HC Arròs integral amb xampinyons i tomàquet 13 Rap arrebossat(sense al·lèrgens) 4 Enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada
28 503 Kcal 15,6 Gr 0,0 AGS 40,1 Prot 39,6 HC Coliflor i patata Salmó al forn 4 Enciam i pastanaga ratllada logurt natural 2	29 735 Kcal 35,6 Gr 0,0 AGS 21,4 Prot 83,8 HC Macarrons integrals amb salsa a elecció 1-8T-11T Truita francesa amb formatge 2-3 Enciam i blat de moro Fruita de temporada	30 576 Kcal 16,3 Gr 0,0 AGS 40,3 Prot 61,5 HC Cigrons amb patata i oli d'oliva Pit de pollastre a la planxa Enciam i olives negres Fruita de temporada		

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

LA CUINA ES RESERVA EL DRET A FER UN CANVI A ÚLTIM MOMENT, AVISANT PER E-MAIL ALS CENTRES.
 EN COMPLIMENT AL REGLAMENT NÚM. 1169/2011 (UE) SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, LA VOSTRA CUINA DISPOSA DE LA INFORMACIÓ SOBRE ELS AL·LÈRGENS DELS ALIMENTS QUE COMPONEN ELS MENÚS QUE S'ELABOREN.
 PLAT CALENT: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ > 0 = 63°C. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
 PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < 0 = 8°C. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
 TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

7

8

824 Kcal 31,7 Gr 0,0 AGS 17,5 Prot 114,3 HC

Arròs integral amb tomàquet 13

Croquetes de pollastre

1-2-3T-4T-5T-6T-8-10

Enciam i llavors de gira-sol 9

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

9

589 Kcal 11,8 Gr 0,0 AGS 38,8 Prot 77,7 HC

Llenties estofades amb verdures

Filet de lluç amb patates 4

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

10

913 Kcal 37,5Gr 0,0 AGS 35,3 Prot 109,3 HC

Pasta integral amb pesto

1-2-3-7T-8T-9-11T-13

Hamburguesa de vedella i porc a la planxa 8-13

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

11



14

593 Kcal 23,8 Gr 0,0 AGS 18,7 Prot 69,6 HC

Crema de carbassa i mongeta seca 13

Truita de patates 3

Enciam i olives negres

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

logurt natural 2

15

842 Kcal 33,4 Gr 0,0 AGS 33,4 Prot 100,9 HC

Espirals amb tomàquet i formatge

1-2-3T-8T-11T

Botifarra de porc 8T-13

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

16

585 Kcal 16,8 Gr 0,0 AGS 37,7 Prot 74,1 HC

Cigrons estofats amb verdures

Bacallà amb samfaina 1-4-8T-11T-13T

Enciam i tomàquet

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

17

628 Kcal 16,2Gr 0,0 AGS 33,8 Prot 85,6 HC

Paella de verdures 13

Pollastre al forn a les fines herbes

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

18

492 Kcal 12,5 Gr 0,0 AGS 28,3 Prot 64,2 HC

Bròquil ECO i patata

Gall d'indi estofat amb pastanaga, pèsols i xampinyons

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

21

600 Kcal 13,9 Gr 0,0 AGS 28,6 Prot 86,9 HC

Llenties estofades amb verdures

Truita francesa 3

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

22

529 Kcal 14,7 Gr 0,0 AGS 27,5 Prot 68,7 HC

Mongeta tendra ECO, patata i pastanaga

Filet de lluç amb patates 4

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

23

683 Kcal 26,4 Gr 0,0 AGS 49,3 Prot 58,1 HC

Mongetes seques estofades amb verdures

Llom amb salsa de poma

Enciam i olives negres(opcional)

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

logurt natural 2

24

790 Kcal 28,0Gr 0,0 AGS 45,6 Prot 88,2 HC

Amanida de pasta amb salsa rosa

1-2T-3-4-5T-8T-10-11T

Aletes de pollastre al forn

Enciam i tomàquet

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

25

613 Kcal 14,7 Gr 0,0 AGS 30,2 Prot 89,6 HC

Arròs integral amb xampinyons i tomàquet 13

Rap arrebossat 1-2-3-4-8T-11T-12T

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

28

554 Kcal 15,9 Gr 0,0 AGS 41,7 Prot 49,6 HC

Coliflor i patata

Salmó al forn 4

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

logurt natural 2

29

786 Kcal 35,9 Gr 0,0 AGS 23,0 Prot 93,8 HC

Macarrons integrals amb salsa a elecció 1-8T-11T

Truita francesa amb formatge 2-3

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

30

670 Kcal 17,9 Gr 0,0 AGS 43,0 Prot 78,5 HC

Cigrons amb patata i oli d'oliva

Pit de pollastre amb salsa d'ametlles

7T-9

Enciam i olives negres

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

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

LA CUINA ES RESERVA EL DRET A FER UN CANVI A ÚLTIM MOMENT, AVISANT PER E-MAIL ALS CENTRES.
 EN COMPLIMENT AL REGLAMENT NÚM. 1169/2011 (UE) SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, LA VOSTRA CUINA DISPOSA DE LA INFORMACIÓ SOBRE ELS AL·LÈRGENS DELS ALIMENTS QUE COMPONEN ELS MENÚS QUE S'ELABOREN.
 PLAT CALENT: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ > 0 = 63°C. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
 PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < 0 = 8°C. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
 TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

7

8

9

10

11



14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

28

29

30

820 Kcal 32,0 Gr 0,0 AGS 16,7 Prot 112,8 HC

Arròs integral amb tomàquet 13

Croquetes de bacallà
1-2-3T-4-5T-6T-8T-9T-10T-11T-12T-14T

Enciam i llavors de gira-sol 9

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

593 Kcal 23,8 Gr 0,0 AGS 18,7 Prot 69,6 HC

Crema de carbassa i mongeta seca 13

Truita de patates 3

Enciam i olives negres

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

logurt natural 2

600 Kcal 13,9 Gr 0,0 AGS 28,6 Prot 86,9 HC

Llenties estofades amb verdures

Truita francesa 3

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

554 Kcal 15,9 Gr 0,0 AGS 41,7 Prot 49,6 HC

Coliflor i patata

Salmó al forn 4

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

logurt natural 2

791 Kcal 29,6 Gr 0,0 AGS 29,6 Prot 100,6 HC

Espirals amb tomàquet i formatge
1-2-3T-8T-11T

Botifarra de pollastre 8T-13

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

585 Kcal 16,8 Gr 0,0 AGS 37,7 Prot 74,1 HC

Cigrons estofats amb verdures

Bacallà amb samfaina 1-4-8T-11T-13T

Enciam i tomàquet

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

529 Kcal 14,7 Gr 0,0 AGS 27,5 Prot 68,7 HC

Mongeta tendra ECO, patata i pastanaga

Filet de lluç amb patates 4

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

786 Kcal 35,9 Gr 0,0 AGS 23,0 Prot 93,8 HC

Macarrons integrals amb salsa a elecció 1-8T-11T

Truita francesa amb formatge 2-3

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

589 Kcal 11,8 Gr 0,0 AGS 38,8 Prot 77,7 HC

Llenties estofades amb verdures

Filet de lluç amb patates 4

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

585 Kcal 16,8 Gr 0,0 AGS 37,7 Prot 74,1 HC

Cigrons estofats amb verdures

Bacallà amb samfaina 1-4-8T-11T-13T

Enciam i tomàquet

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

736 Kcal 30,9 Gr 0,0 AGS 27,8 Prot 82,4 HC

Mongetes seques estofades amb verdures

Croquetes de bacallà
1-2-3T-4-5T-6T-8T-9T-10T-11T-12T-14T

Enciam i olives negres

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

logurt natural 2

670 Kcal 17,9 Gr 0,0 AGS 43,0 Prot 78,5 HC

Cigrons amb patata i oli d'oliva

Pit de pollastre amb salsa d'ametlles
7T-9

Enciam i olives negres

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

911 Kcal 35,9Gr 0,0 AGS 41,6 Prot 106,5 HC

Pasta integral amb pesto
1-2-3-7T-8T-9-11T-13

Hamburguesa de vedella a la planxa
2T-13

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

628 Kcal 16,2Gr 0,0 AGS 33,8 Prot 85,6 HC

Paella de verdures 13

Pollastre al forn a les fines herbes

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

790 Kcal 28,0Gr 0,0 AGS 45,6 Prot 88,2 HC

Amanida de pasta amb salsa rosa
1-2T-3-4-5T-8T-10-11T

Aletes de pollastre al forn

Enciam i tomàquet

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

613 Kcal 14,7 Gr 0,0 AGS 30,2 Prot 89,6 HC

Arròs integral amb xampinyons i tomàquet 13

Rap arrebossat 1-2-3-4-8T-11T-12T

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

492 Kcal 12,5 Gr 0,0 AGS 28,3 Prot 64,2 HC

Bròquil ECO i patata

Gall d'indi estofat amb pastanaga, pèsols i xampinyons

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

613 Kcal 14,7 Gr 0,0 AGS 30,2 Prot 89,6 HC

Arròs integral amb xampinyons i tomàquet 13

Rap arrebossat 1-2-3-4-8T-11T-12T

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

613 Kcal 14,7 Gr 0,0 AGS 30,2 Prot 89,6 HC

Arròs integral amb xampinyons i tomàquet 13

Rap arrebossat 1-2-3-4-8T-11T-12T

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

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

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

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

7

8

9

10

11

877 Kcal 34,5 Gr 0,0 AGS 29,2 Prot 109,6 HC

Arròs integral amb tomàquet **13**

Finguers de pollastre (sense gluten, ou i llet)

Enciam i llavors de gira-sol **9**

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**

Fruita de temporada

589 Kcal 11,8 Gr 0,0 AGS 38,8 Prot 77,7 HC

Llenties estofades amb verdures

Filet de lluç amb patates **4**

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**

Fruita de temporada

820 Kcal 30,5Gr 0,0 AGS 32,4 Prot 104,2 HC

Pasta integral amb tomàquet **1-8T-11T**

Hamburguesa de vedella i porc a la planxa **8-13**

Enciam i blat de moro

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**

Fruita de temporada



14

15

16

17

18

604 Kcal 23,9 Gr 0,0 AGS 20,5 Prot 70,1 HC

Crema de carbassa i mongeta seca **13**

Trita de patates **3**

Enciam i olives negres

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**

logurt natural sense lactosa **2**

785 Kcal 30,2 Gr 0,0 AGS 31,2 Prot 95,9 HC

Espirals amb tomàquet **1-3T-8T-11T**

Botifarra de porc **8T-13**

Enciam i blat de moro

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**

Fruita de temporada

585 Kcal 16,8 Gr 0,0 AGS 37,7 Prot 74,1 HC

Cigrons estofats amb verdures

Bacallà amb samfaina **1-4-8T-11T-13T**

Enciam i tomàquet

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**

Fruita de temporada

628 Kcal 16,2Gr 0,0 AGS 33,8 Prot 85,6 HC

Paella de verdures **13**

Pollastre al forn a les fines herbes

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**

Fruita de temporada

492 Kcal 12,5 Gr 0,0 AGS 28,3 Prot 64,2 HC

Bròquil ECO i patata

Gall d'indi estofat amb pastanaga, pèsols i xampinyons

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**

Fruita de temporada

21

22

23

24

25

600 Kcal 13,9 Gr 0,0 AGS 28,6 Prot 86,9 HC

Llenties estofades amb verdures

Trita francesa **3**

Enciam i blat de moro

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**

Fruita de temporada

529 Kcal 14,7 Gr 0,0 AGS 27,5 Prot 68,7 HC

Mongeta tendra ECO, patata i pastanaga

Filet de lluç amb patates **4**

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**

Fruita de temporada

694 Kcal 26,5 Gr 0,0 AGS 51,1 Prot 58,6 HC

Mongetes seques estofades amb verdures

Llom amb salsa de poma

Enciam i olives negres(opcional)

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**

logurt natural sense lactosa **2**

769 Kcal 25,4Gr 0,0 AGS 46,3 Prot 88,2 HC

Amanida de pasta **1-3T-4-8T-11T**

Aletes de pollastre al forn

Enciam i tomàquet

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**

Fruita de temporada

646 Kcal 14,3 Gr 0,0 AGS 31,7 Prot 97,1 HC

Arròs integral amb xampinyons i tomàquet **13**

Rap arrebossat(sense al·lèrgens) **4**

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**

Fruita de temporada

28

29

30

564 Kcal 16,0 Gr 0,0 AGS 43,4 Prot 50,1 HC

Coliflor i patata

Salmó al forn **4**

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**

logurt natural sense lactosa **2**

733 Kcal 22,9 Gr 0,0 AGS 22,5 Prot 110,4 HC

Macarrons integrals amb salsa a elecció **1-8T-11T**

Trita francesa **3**

Enciam i blat de moro

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**

Fruita de temporada

670 Kcal 17,9 Gr 0,0 AGS 43,0 Prot 78,5 HC

Cigrons amb patata i oli d'oliva

Pit de pollastre amb salsa d'ametlles **7T-9**

Enciam i olives negres

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**

Fruita de temporada

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

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

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

7

8

824 Kcal 31,7 Gr 0,0 AGS 17,5 Prot 114,3 HC

Arròs integral amb tomàquet 13

Croquetes de pollastre

1-2-3T-4T-5T-6T-8-10

Enciam i llavors de gira-sol 9

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

9

532 Kcal 14,6 Gr 0,0 AGS 28,9 Prot 70,4 HC

Espinacs amb patates

Filet de lluç amb patates 4

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

10

913 Kcal 37,5Gr 0,0 AGS 35,3 Prot 109,3 HC

Pasta integral amb pesto

1-2-3-7T-8T-9-11T-13

Hamburguesa de vedella i porc a la planxa 8-13

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

11



14

593 Kcal 23,8 Gr 0,0 AGS 18,7 Prot 69,6 HC

Crema de carbassa i mongeta seca 13

Truita de patates 3

Enciam i olives negres

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

logurt natural 2

15

842 Kcal 33,4 Gr 0,0 AGS 33,4 Prot 100,9 HC

Espirals amb tomàquet i formatge

1-2-3T-8T-11T

Botifarra de porc 8T-13

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

16

585 Kcal 16,8 Gr 0,0 AGS 37,7 Prot 74,1 HC

Cigrons estofats amb verdures

Bacallà amb samfaina 1-4-8T-11T-13T

Enciam i tomàquet

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

17

628 Kcal 16,2Gr 0,0 AGS 33,8 Prot 85,6 HC

Paella de verdures 13

Pollastre al forn a les fines herbes

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

18

492 Kcal 12,5 Gr 0,0 AGS 28,3 Prot 64,2 HC

Bròquil ECO i patata

Gall d'indi estofat amb pastanaga, pèsols i xampinyons

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

21

509 Kcal 16,8 Gr 0,0 AGS 16,1 Prot 71,3 HC

Crema de pastanaga

Truita francesa 3

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

22

529 Kcal 14,7 Gr 0,0 AGS 27,5 Prot 68,7 HC

Mongeta tendra ECO, patata i pastanaga

Filet de lluç amb patates 4

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

23

683 Kcal 26,4 Gr 0,0 AGS 49,3 Prot 58,1 HC

Mongetes seques estofades amb verdures

Llom amb salsa de poma

Enciam i olives negres(opcional)

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

logurt natural 2

24

790 Kcal 28,0Gr 0,0 AGS 45,6 Prot 88,2 HC

Amanida de pasta amb salsa rosa

1-2T-3-4-5T-8T-10-11T

Aletes de pollastre al forn

Enciam i tomàquet

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

25

613 Kcal 14,7 Gr 0,0 AGS 30,2 Prot 89,6 HC

Arròs integral amb xampinyons i tomàquet 13

Rap arrebossat 1-2-3-4-8T-11T-12T

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

28

554 Kcal 15,9 Gr 0,0 AGS 41,7 Prot 49,6 HC

Coliflor i patata

Salmó al forn 4

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

logurt natural 2

29

786 Kcal 35,9 Gr 0,0 AGS 23,0 Prot 93,8 HC

Macarrons integrals amb salsa a elecció 1-8T-11T

Truita francesa amb formatge 2-3

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

30

670 Kcal 17,9 Gr 0,0 AGS 43,0 Prot 78,5 HC

Cigrons amb patata i oli d'oliva

Pit de pollastre amb salsa d'ametlles

7T-9

Enciam i olives negres

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

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

LA CUINA ES RESERVA EL DRET A FER UN CANVI A ÚLTIM MOMENT, AVISANT PER E-MAIL ALS CENTRES.
 EN COMPLIMENT AL REGLAMENT NÚM. 1169/2011 (UE) SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, LA VOSTRA CUINA DISPOSA DE LA INFORMACIÓ SOBRE ELS AL·LÈRGENS DELS ALIMENTS QUE COMPONEN ELS MENÚS QUE S'ELABOREN.
 PLAT CALENT: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ > 0 = 63°C. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
 PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < 0 = 8°C. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
 TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

7

8

877 Kcal 34,5 Gr 0,0 AGS 29,2 Prot 109,6 HC

Arròs integral amb tomàquet 13

Finguers de pollastre (sense gluten, ou i llet)

Enciam i llavors de gira-sol 9

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

9

589 Kcal 11,8 Gr 0,0 AGS 38,8 Prot 77,7 HC

Llenties estofades amb verdures

Filet de lluç amb patates 4

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

10

913 Kcal 37,5Gr 0,0 AGS 35,3 Prot 109,3 HC

Pasta integral amb pesto

1-2-3-7T-8T-9-11T-13

Hamburguesa de vedella i porc a la planxa 8-13

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

11



14

593 Kcal 23,8 Gr 0,0 AGS 18,7 Prot 69,6 HC

Crema de carbassa i mongeta seca 13

Truita de patates 3

Enciam i olives negres

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

logurt natural 2

15

842 Kcal 33,4 Gr 0,0 AGS 33,4 Prot 100,9 HC

Espirals amb tomàquet i formatge

1-2-3T-8T-11T

Botifarra de porc 8T-13

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

16

585 Kcal 16,8 Gr 0,0 AGS 37,7 Prot 74,1 HC

Cigrons estofats amb verdures

Bacallà amb samfaina 1-4-8T-11T-13T

Enciam i tomàquet

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

17

628 Kcal 16,2Gr 0,0 AGS 33,8 Prot 85,6 HC

Paella de verdures 13

Pollastre al forn a les fines herbes

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

18

492 Kcal 12,5 Gr 0,0 AGS 28,3 Prot 64,2 HC

Bròquil ECO i patata

Gall d'indi estofat amb pastanaga, pèsols i xampinyons

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

21

600 Kcal 13,9 Gr 0,0 AGS 28,6 Prot 86,9 HC

Llenties estofades amb verdures

Truita francesa 3

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

22

529 Kcal 14,7 Gr 0,0 AGS 27,5 Prot 68,7 HC

Mongeta tendra ECO, patata i pastanaga

Filet de lluç amb patates 4

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

23

683 Kcal 26,4 Gr 0,0 AGS 49,3 Prot 58,1 HC

Mongetes seques estofades amb verdures

Llom amb salsa de poma

Enciam i olives negres(opcional)

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

logurt natural 2

24

769 Kcal 25,4Gr 0,0 AGS 46,3 Prot 88,2 HC

Amanida de pasta 1-3T-4-8T-11T

Aletes de pollastre al forn

Enciam i tomàquet

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

25

613 Kcal 14,7 Gr 0,0 AGS 30,2 Prot 89,6 HC

Arròs integral amb xampinyons i tomàquet 13

Rap arrebossat 1-2-3-4-8T-11T-12T

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

28

554 Kcal 15,9 Gr 0,0 AGS 41,7 Prot 49,6 HC

Coliflor i patata

Salmó al forn 4

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

logurt natural 2

29

786 Kcal 35,9 Gr 0,0 AGS 23,0 Prot 93,8 HC

Macarrons integrals amb salsa a elecció 1-8T-11T

Truita francesa amb formatge 2-3

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

30

670 Kcal 17,9 Gr 0,0 AGS 43,0 Prot 78,5 HC

Cigrons amb patata i oli d'oliva

Pit de pollastre amb salsa d'ametlles

7T-9

Enciam i olives negres

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

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

LA CUINA ES RESERVA EL DRET A FER UN CANVI A ÚLTIM MOMENT, AVISANT PER E-MAIL ALS CENTRES.
 EN COMPLIMENT AL REGLAMENT NÚM. 1169/2011 (UE) SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, LA VOSTRA CUINA DISPOSA DE LA INFORMACIÓ SOBRE ELS AL·LÈRGENS DELS ALIMENTS QUE COMPONEN ELS MENÚS QUE S'ELABOREN.
 PLAT CALENT: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ > 0 = 63°C. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
 PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < 0 = 8°C. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
 TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

7 	8 871 Kcal 35,8 Gr 0,0 AGS 28,0 Prot 105,9 HC Arròs integral amb tomàquet 13 Finguers de pollastre (sense gluten, ou i llet) Enciam i llavors de gira-sol 9 Pa sense gluten 3-7T-8T-9T-12T Fruita de temporada	9 582 Kcal 13,0 Gr 0,0 AGS 37,6 Prot 74,0 HC Llenties estofades amb verdures Filet de lluç amb patates 4 Pa sense gluten 3-7T-8T-9T-12T Fruita de temporada	10 810 Kcal 37,7Gr 0,0 AGS 27,1 Prot 90,0 HC Pasta sense gluten i ou amb pesto 7T-8T-9-13 Hamburguesa de vedella i porc a la planxa 8-13 Enciam i blat de moro Pa sense gluten 3-7T-8T-9T-12T Fruita de temporada	11 
14 587 Kcal 25,0 Gr 0,0 AGS 17,6 Prot 65,9 HC Crema de carbassa i mongeta seca 13 Truita de patates 3 Enciam i olives negres Pa sense gluten 3-7T-8T-9T-12T logurt natural 2	15 825 Kcal 31,5 Gr 0,0 AGS 27,0 Prot 107,1 HC Pasta sense gluten i ou amb tomàquet 8T Botifarra de porc 8T-13 Enciam i blat de moro Pa sense gluten 3-7T-8T-9T-12T Fruita de temporada	16 515 Kcal 12,9 Gr 0,0 AGS 36,1 Prot 66,6 HC Cigrons estofats amb verdures Bacallà amb samfaina(sense al·lèrgens) 4-13T Enciam i tomàquet Pa sense gluten 3-7T-8T-9T-12T Fruita de temporada	17 622 Kcal 17,4Gr 0,0 AGS 32,6 Prot 81,9 HC Paella de verdures 13 Pollastre al forn a les fines herbes Enciam i pastanaga ratllada Pa sense gluten 3-7T-8T-9T-12T Fruita de temporada	18 485 Kcal 13,7 Gr 0,0 AGS 27,1 Prot 60,5 HC Bròquil ECO i patata Gall d'indi estofat amb pastanaga, pèsols i xampinyons Pa sense gluten 3-7T-8T-9T-12T Fruita de temporada
21 593 Kcal 15,1 Gr 0,0 AGS 27,5 Prot 83,2 HC Llenties estofades amb verdures Truita francesa 3 Enciam i blat de moro Pa sense gluten 3-7T-8T-9T-12T Fruita de temporada	22 523 Kcal 15,9 Gr 0,0 AGS 26,3 Prot 64,9 HC Mongeta tendra ECO, patata i pastanaga Filet de lluç amb patates 4 Pa sense gluten 3-7T-8T-9T-12T Fruita de temporada	23 677 Kcal 27,6 Gr 0,0 AGS 48,2 Prot 54,4 HC Mongetes seques estofades amb verdures Llom amb salsa de poma Enciam i olives negres(opcional) Pa sense gluten 3-7T-8T-9T-12T logurt natural 2	24 767 Kcal 26,6Gr 0,0 AGS 41,4 Prot 90,5 HC Amanida de pasta sense gluten 4-8T Aletes de pollastre al forn Enciam i tomàquet Pa sense gluten 3-7T-8T-9T-12T Fruita de temporada	25 640 Kcal 15,5 Gr 0,0 AGS 30,5 Prot 93,4 HC Arròs integral amb xampinyons i tomàquet 13 Rap arrebossat(sense al·lèrgens) 4 Enciam i pastanaga ratllada Pa sense gluten 3-7T-8T-9T-12T Fruita de temporada
28 547 Kcal 17,1 Gr 0,0 AGS 40,5 Prot 45,9 HC Coliflor i patata Salmó al forn 4 Enciam i pastanaga ratllada Pa sense gluten 3-7T-8T-9T-12T logurt natural 2	29 840 Kcal 37,4 Gr 0,0 AGS 19,5 Prot 106,2 HC Pasta sense gluten i ou amb salsa a escollir 8T Truita francesa amb formatge 2-3 Enciam i blat de moro Pa sense gluten 3-7T-8T-9T-12T Fruita de temporada	30 664 Kcal 19,1 Gr 0,0 AGS 41,8 Prot 74,8 HC Cigrons amb patata i oli d'oliva Pit de pollastre amb salsa d'ametlles 7T-9 Enciam i olives negres Pa sense gluten 3-7T-8T-9T-12T Fruita de temporada		

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

LA CUINA ES RESERVA EL DRET A FER UN CANVI A ÚLTIM MOMENT, AVISANT PER E-MAIL ALS CENTRES.
 EN COMPLIMENT AL REGLAMENT NÚM. 1169/2011 (UE) SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, LA VOSTRA CUINA DISPOSA DE LA INFORMACIÓ SOBRE ELS AL·LÈRGENS DELS ALIMENTS QUE COMPONEN ELS MENÚS QUE S'ELABOREN.
 PLAT CALENT: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ > 0 = 63°C. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
 PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < 0 = 8°C. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
 TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

7

8

827 Kcal 34,3 Gr 0,0 AGS 27,6 Prot 99,6 HC

Arròs integral amb tomàquet **13**
 Finguers de pollastre (sense gluten, ou i llet)
 Enciam i llavors de gira-sol **9**
 Fruita de temporada

9

538 Kcal 11,5 Gr 0,0 AGS 37,2 Prot 67,7 HC

Llenties estofades amb verdures
 Filet de lluç amb patates **4**
 Fruita de temporada

10

770 Kcal 30,3Gr 0,0 AGS 30,8 Prot 94,2 HC

Pasta integral amb tomàquet **1-8T-11T**
 Hamburguesa de vedella i porc a la planxa **8-13**
 Enciam i blat de moro
 Fruita de temporada

11



14

447 Kcal 20,0 Gr 0,0 AGS 32,3 Prot 31,6 HC

Crema de carbassa i mongeta seca **13**
 Pollastre al forn
 Enciam i olives negres
 logurt natural **2**

15

781 Kcal 30,1 Gr 0,0 AGS 26,5 Prot 100,8 HC

Pasta sense gluten i ou amb tomàquet **8T**
 Botifarra de porc **8T-13**
 Enciam i blat de moro
 Fruita de temporada

16

534 Kcal 16,5 Gr 0,0 AGS 36,1 Prot 64,1 HC

Cigrons estofats amb verdures
 Bacallà amb samfaina **1-4-8T-11T-13T**
 Enciam i tomàquet
 Fruita de temporada

17

578 Kcal 16,0Gr 0,0 AGS 32,2 Prot 75,6 HC

Paella de verdures **13**
 Pollastre al forn a les fines herbes
 Enciam i pastanaga ratllada
 Fruita de temporada

18

441 Kcal 12,3 Gr 0,0 AGS 26,7 Prot 54,2 HC

Bròquil ECO i patata
 Gall d'indi estofat amb pastanaga, pèsols i xampinyons
 Fruita de temporada

21

456 Kcal 11,7 Gr 0,0 AGS 37,5 Prot 55,6 HC

Llenties estofades amb verdures
 Bacallà al forn **4-13T**
 Enciam i blat de moro
 Fruita de temporada

22

478 Kcal 14,4 Gr 0,0 AGS 25,9 Prot 58,7 HC

Mongeta tendra ECO, patata i pastanaga
 Filet de lluç amb patates **4**
 Fruita de temporada

23

633 Kcal 26,1 Gr 0,0 AGS 47,7 Prot 48,1 HC

Mongetes seques estofades amb verdures
 Llom amb salsa de poma
 Enciam i olives negres(opcional)
 logurt natural **2**

24

723 Kcal 25,1Gr 0,0 AGS 40,9 Prot 84,2 HC

Amanida de pasta sense gluten **4-8T**
 Aletes de pollastre al forn
 Enciam i tomàquet
 Fruita de temporada

25

596 Kcal 14,0 Gr 0,0 AGS 30,1 Prot 87,1 HC

Arròs integral amb xampinyons i tomàquet **13**
 Rap arrebossat(sense al·lèrgens) **4**
 Enciam i pastanaga ratllada
 Fruita de temporada

28

503 Kcal 15,6 Gr 0,0 AGS 40,1 Prot 39,6 HC

Coliflor i patata
 Salmó al forn **4**
 Enciam i pastanaga ratllada
 logurt natural **2**

29

696 Kcal 22,4 Gr 0,0 AGS 30,3 Prot 95,3 HC

Pasta sense gluten i ou amb salsa a escollir **8T**
 Gall d'indi a la planxa
 Enciam i blat de moro
 Fruita de temporada

30

620 Kcal 17,6 Gr 0,0 AGS 41,4 Prot 68,5 HC

Cigrons amb patata i oli d'oliva
 Pit de pollastre amb salsa d'ametles **7T-9**
 Enciam i olives negres
 Fruita de temporada

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

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

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

7

8

824 Kcal 31,7 Gr 0,0 AGS 17,5 Prot 114,3 HC

Arròs integral amb tomàquet 13

Croquetes de pollastre

1-2-3T-4T-5T-6T-8-10

Enciam i llavors de gira-sol 9

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

9

589 Kcal 11,8 Gr 0,0 AGS 38,8 Prot 77,7 HC

Llenties estofades amb verdures

Filet de lluç amb patates 4

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

10

913 Kcal 37,5Gr 0,0 AGS 35,3 Prot 109,3 HC

Pasta integral amb pesto

1-2-3-7T-8T-9-11T-13

Hamburguesa de vedella i porc a la planxa 8-13

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

11



14

593 Kcal 23,8 Gr 0,0 AGS 18,7 Prot 69,6 HC

Crema de carbassa i mongeta seca 13

Truita de patates 3

Enciam i olives negres

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

logurt natural 2

15

842 Kcal 33,4 Gr 0,0 AGS 33,4 Prot 100,9 HC

Espirals amb tomàquet i formatge

1-2-3T-8T-11T

Botifarra de porc 8T-13

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

16

585 Kcal 16,8 Gr 0,0 AGS 37,7 Prot 74,1 HC

Cigrons estofats amb verdures

Bacallà amb samfaina 1-4-8T-11T-13T

Enciam i tomàquet

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

17

628 Kcal 16,2Gr 0,0 AGS 33,8 Prot 85,6 HC

Paella de verdures 13

Pollastre al forn a les fines herbes

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

18

501 Kcal 12,5 Gr 0,0 AGS 28,2 Prot 66,7 HC

Bròquil ECO i patata

Gall d'indi estofat amb pastanaga i xampinyons

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

21

600 Kcal 13,9 Gr 0,0 AGS 28,6 Prot 86,9 HC

Llenties estofades amb verdures

Truita francesa 3

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

22

529 Kcal 14,7 Gr 0,0 AGS 27,5 Prot 68,7 HC

Mongeta tendra ECO, patata i pastanaga

Filet de lluç amb patates 4

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

23

683 Kcal 26,4 Gr 0,0 AGS 49,3 Prot 58,1 HC

Mongetes seques estofades amb verdures

Llom amb salsa de poma

Enciam i olives negres(opcional)

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

logurt natural 2

24

790 Kcal 28,0Gr 0,0 AGS 45,6 Prot 88,2 HC

Amanida de pasta amb salsa rosa

1-2T-3-4-5T-8T-10-11T

Aletes de pollastre al forn

Enciam i tomàquet

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

25

613 Kcal 14,7 Gr 0,0 AGS 30,2 Prot 89,6 HC

Arròs integral amb xampinyons i tomàquet 13

Rap arrebossat 1-2-3-4-8T-11T-12T

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

28

554 Kcal 15,9 Gr 0,0 AGS 41,7 Prot 49,6 HC

Coliflor i patata

Salmó al forn 4

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

logurt natural 2

29

786 Kcal 35,9 Gr 0,0 AGS 23,0 Prot 93,8 HC

Macarrons integrals amb salsa a elecció 1-8T-11T

Truita francesa amb formatge 2-3

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

30

670 Kcal 17,9 Gr 0,0 AGS 43,0 Prot 78,5 HC

Cigrons amb patata i oli d'oliva

Pit de pollastre amb salsa d'ametlles

7T-9

Enciam i olives negres

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

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

LA CUINA ES RESERVA EL DRET A FER UN CANVI A ÚLTIM MOMENT, AVISANT PER E-MAIL ALS CENTRES.
 EN COMPLIMENT AL REGLAMENT NÚM. 1169/2011 (UE) SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, LA VOSTRA CUINA DISPOSA DE LA INFORMACIÓ SOBRE ELS AL·LÈRGENS DELS ALIMENTS QUE COMPONEN ELS MENÚS QUE S'ELABOREN.
 PLAT CALENT: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ > 0 = 63°C. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
 PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < 0 = 8°C. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
 TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

7 	8 827 Kcal 34,3 Gr 0,0 AGS 27,6 Prot 99,6 HC Arròs integral amb tomàquet 13 Fingers de pollastre (sense gluten, ou i llet) Enciam i llavors de gira-sol 9 Fruita de temporada	9 538 Kcal 11,5 Gr 0,0 AGS 37,2 Prot 67,7 HC Lenties estofades amb verdures Filet de lluç amb patates 4 Fruita de temporada	10 770 Kcal 30,3Gr 0,0 AGS 30,8 Prot 94,2 HC Pasta integral amb tomàquet 1-8T-11T Hamburguesa de vedella i porc a la planxa 8-13 Enciam i blat de moro Fruita de temporada	11 
14 509 Kcal 22,7 Gr 0,0 AGS 17,9 Prot 52,1 HC Crema de carbassa i mongeta seca 13 Truita de patates 3 Enciam i olives negres logurt de soja 8	15 734 Kcal 30,0 Gr 0,0 AGS 29,6 Prot 85,9 HC Espirals amb tomàquet 1-3T-8T-11T Botifarra de porc 8T-13 Enciam i blat de moro Fruita de temporada	16 534 Kcal 16,5 Gr 0,0 AGS 36,1 Prot 64,1 HC Cigrons estofats amb verdures Bacallà amb samfaina 1-4-8T-11T-13T Enciam i tomàquet Fruita de temporada	17 578 Kcal 16,0Gr 0,0 AGS 32,2 Prot 75,6 HC Paella de verdures 13 Pollastre al forn a les fines herbes Enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada	18 441 Kcal 12,3 Gr 0,0 AGS 26,7 Prot 54,2 HC Bròquil ECO i patata Gall d'indi estofat amb pastanaga, pèsols i xampinyons Fruita de temporada
21 549 Kcal 13,6 Gr 0,0 AGS 27,0 Prot 76,9 HC Lenties estofades amb verdures Truita francesa 3 Enciam i blat de moro Fruita de temporada	22 478 Kcal 14,4 Gr 0,0 AGS 25,9 Prot 58,7 HC Mongeta tendra ECO, patata i pastanaga Filet de lluç amb patates 4 Fruita de temporada	23 599 Kcal 25,3 Gr 0,0 AGS 48,5 Prot 40,6 HC Mongetes seques estofades amb verdures Llom amb salsa de poma Enciam i olives negres(opcional) logurt de soja 8	24 718 Kcal 25,1Gr 0,0 AGS 44,7 Prot 78,2 HC Amanida de pasta 1-3T-4-8T-11T Aletes de pollastre al forn Enciam i tomàquet Fruita de temporada	25 596 Kcal 14,0 Gr 0,0 AGS 30,1 Prot 87,1 HC Arròs integral amb xampinyons i tomàquet 13 Rap arrebossat(sense al·lèrgens) 4 Enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada
28 470 Kcal 14,9 Gr 0,0 AGS 40,8 Prot 32,1 HC Coliflor i patata Salmó al forn 4 Enciam i pastanaga ratllada logurt de soja 8	29 683 Kcal 22,6 Gr 0,0 AGS 20,9 Prot 100,4 HC Macarrons integrals amb salsa a elecció 1-8T-11T Truita francesa 3 Enciam i blat de moro Fruita de temporada	30 620 Kcal 17,6 Gr 0,0 AGS 41,4 Prot 68,5 HC Cigrons amb patata i oli d'oliva Pit de pollastre amb salsa d'ametlles 7T-9 Enciam i olives negres Fruita de temporada		

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

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

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

7

8

877 Kcal 34,5 Gr 0,0 AGS 29,2 Prot 109,6 HC

Arròs integral amb tomàquet 13

Finguers de pollastre (sense gluten, ou i llet)

Enciam i llavors de gira-sol 9

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

9

733 Kcal 23,8 Gr 0,0 AGS 29,5 Prot 96,2 HC

Llenties estofades amb verdures

Trita francesa 3

Patates al forn

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

10

883 Kcal 21,6Gr 0,0 AGS 23,4 Prot 149,6 HC

Pasta integral amb pesto

1-2-3-7T-8T-9-11T-13

Hamburguesa de cigrons

1-2T-3T-4T-5T-6T-7T-8T-9T-13T

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

11



14

593 Kcal 23,8 Gr 0,0 AGS 18,7 Prot 69,6 HC

Crema de carbassa i mongeta seca 13

Trita de patates 3

Enciam i olives negres

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

logurt natural 2

15

791 Kcal 29,6 Gr 0,0 AGS 29,6 Prot 100,6 HC

Espirals amb tomàquet i formatge

1-2-3T-8T-11T

Botifarra de pollastre 8T-13

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

16

548 Kcal 15,1 Gr 0,0 AGS 37,5 Prot 61,8 HC

Cigrons estofats amb verdures

Gall d'indi a la planxa amb carbassó

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

17

628 Kcal 16,2Gr 0,0 AGS 33,8 Prot 85,6 HC

Paella de verdures 13

Pollastre al forn a les fines herbes

Enciam i pastanaga ratllada

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

18

492 Kcal 12,5 Gr 0,0 AGS 28,3 Prot 64,2 HC

Bròquil ECO i patata

Gall d'indi estofat amb pastanaga,
pèsols i xampinyons

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

21

600 Kcal 13,9 Gr 0,0 AGS 28,6 Prot 86,9 HC

Llenties estofades amb verdures

Trita francesa 3

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

22

548 Kcal 22,3 Gr 0,0 AGS 29,4 Prot 55,8 HC

Mongeta tendra ECO, patata i
pastanaga

Pollastre al forn amb lloret i farigola

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

23

661 Kcal 23,2 Gr 0,0 AGS 26,2 Prot 83,0 HC

Mongetes seques estofades amb
verdures

Varetes de verdures 1

Enciam i olives negres(opcional)

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

logurt natural 2

24

715 Kcal 21,3Gr 0,0 AGS 40,6 Prot 89,8 HC

Amanida de pasta amb tomàquet i blat
de moro 1-3T-8T-11T

Aletes de pollastre al forn

Enciam i tomàquet

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

25

600 Kcal 18,1 Gr 0,0 AGS 30,0 Prot 79,7 HC

Arròs integral amb xampinyons i
tomàquet 13

Gall d'indi a la planxa

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

28

650 Kcal 31,5 Gr 0,0 AGS 18,7 Prot 61,0 HC

Coliflor i patata

Tempeh a la planxa amb verdures 1T-8

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

logurt natural 2

29

786 Kcal 35,9 Gr 0,0 AGS 23,0 Prot 93,8 HC

Macarrons integrals amb salsa a
elecció 1-8T-11T

Trita francesa amb formatge 2-3

Enciam i blat de moro

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

30

670 Kcal 17,9 Gr 0,0 AGS 43,0 Prot 78,5 HC

Cigrons amb patata i oli d'oliva

Pit de pollastre amb salsa d'ametlles

7T-9

Enciam i olives negres

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T

Fruita de temporada

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

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