

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

5 492 Kcal 21,8 Gr 0,0 AGS 19,8 Prot 52,1 HC
Mongeta tendra, patata i pastanaga
Salsitxes de porc a la planxa **8T-13**
Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

12


19 532 Kcal 23,4 Gr 0,0 AGS 15,8 Prot 58,4 HC
Crema de pastanaga
Truita de patates **3**
Enciam i olives negres
logurt natural **2**

26 335 Kcal 11,6 Gr 0,0 AGS 6,0 Prot 49,9 HC
Mongeta tendra, patata i pastanaga
Llom arrebossat(sense al·lèrgens)
Enciam i olives negres
Fruita de temporada

6 549 Kcal 18,3 Gr 0,0 AGS 30,3 Prot 64,4 HC
Amanida grega **2**
Llenties estofades amb verdures
Fruita de temporada

13 621 Kcal 21,0 Gr 0,0 AGS 21,2 Prot 85,1 HC
Arròs integral amb tomàquet **13**
Truita francesa **3**
Enciam i pastanaga ratllada
logurt natural **2**

20 291 Kcal 4,3 Gr 0,0 AGS 9,0 Prot 54,9 HC
Escudella barrejada amb pasta integral
1-8-10-11T-13
Carn d'olla **2-8-13**
Fruita de temporada

27 594 Kcal 16,4 Gr 0,0 AGS 37,1 Prot 71,0 HC
Llenties estofades amb verdures
Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**
Patata fornera
Fruita de temporada

7 667 Kcal 26,4 Gr 0,0 AGS 18,2 Prot 84,4 HC
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)
Truita de carbassó i patata **3**
Enciam i olives negres
logurt natural **2**

14 581 Kcal 14,7 Gr 0,0 AGS 33,2 Prot 75,5 HC
Cigrons estofats amb verdures
Filet de lluç arrebossat(sense al·lèrgens) **4**
Enciam i olives negres
Fruita de temporada

21 452 Kcal 14,3 Gr 0,0 AGS 23,2 Prot 54,7 HC
Bròquil ECO i patata
Wok de gall d'indi saltat amb verdures **13**
Fruita de temporada

28 892 Kcal 34,9 Gr 0,0 AGS 33,9 Prot 109,0 HC
Arròs amb xampinyons i tomàquet **13**
Ous al forn amb beixamel **1-2-3-8T-11T**
Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

1 632 Kcal 18,7Gr 0,0 AGS 34,3 Prot 81,1 HC
Arròs integral amb tomàquet **13**
Calamars a la romana(fets a cuina) **1-6-8T-11T**
Enciam i tomàquet
Fruita de temporada

8 490 Kcal 19,2Gr 0,0 AGS 24,0 Prot 53,9 HC
Crema de verdures
Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**
Patata fornera
Fruita de temporada

15 486 Kcal 14,5Gr 0,0 AGS 26,8 Prot 60,0 HC
Coliflor ECO i patata
Estofat de vedella amb verdures
Fruita de temporada

22 629 Kcal 17,3Gr 0,0 AGS 24,4 Prot 90,4 HC
Cigrons estofats amb espinacs
Truita francesa **3**
Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

29 741 Kcal 16,0Gr 0,0 AGS 43,0 Prot 99,6 HC
Macarrons integrals amb tomàquet i formatge ratllat **1-2-8T-11T**
Salmó al forn **4**
Enciam i blat de moro
Fruita de temporada

2 530 Kcal 29,1 Gr 0,0 AGS 24,0 Prot 41,3 HC
Crema de carbassó
Hamburguesa de vedella i porc a la planxa **8-13**
Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

9 614 Kcal 15,3 Gr 0,0 AGS 32,3 Prot 84,3 HC
Espaguetis integrals amb salsa de carbassa **1-8T-11T-13**
Pollastre amb poma
Enciam i tomàquet
Fruita de temporada

16 797 Kcal 22,4 Gr 0,0 AGS 39,7 Prot 109,7 HC
Pasta amb salsa a escollir (a elecció) **1-3T-8T-11T**
Caldo d'au amb pasta(a escollir) **1-3T-8T-10-11T**
Pollastre al forn
Enciam
Fruita de temporada

23 638 Kcal 19,1 Gr 0,0 AGS 28,2 Prot 87,7 HC
Arròs amb verdures i tomàquet **13**
Pollastre al forn amb salsa de moniato i patates
Fruita de temporada

30


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 101-Llet

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

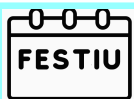
Dijous

Divendres

5 492 Kcal 21,8 Gr 0,0 AGS 19,8 Prot 52,1 HC

Mongeta tendra, patata i pastanaga

Salsitxes de porc a la planxa **8T-13**
Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

12

6 549 Kcal 18,3 Gr 0,0 AGS 30,3 Prot 64,4 HC

Amanida grega **2**

Llenties estofades amb verdures

Fruita de temporada

13

621 Kcal 21,0 Gr 0,0 AGS 21,2 Prot 85,1 HC

Arròs integral amb tomàquet **13**

Truita francesa **3**

Enciam i pastanaga ratllada
logurt natural **2**
7 667 Kcal 26,4 Gr 0,0 AGS 18,2 Prot 84,4 HC

Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)

Truita de carbassó i patata **3**
Enciam i olives negres
logurt natural **2**
14

581 Kcal 14,7 Gr 0,0 AGS 33,2 Prot 75,5 HC

Cigrons estofats amb verdures

Filet de lluç arrebossat(sense al·lèrgens) **4**
Enciam i olives negres
Fruita de temporada

1

558 Kcal 16,7Gr 0,0 AGS 29,2 Prot 73,5 HC

Arròs integral amb tomàquet **13**
Gall d'indi a la planxa

Enciam i tomàquet
Fruita de temporada

8

490 Kcal 19,2Gr 0,0 AGS 24,0 Prot 53,9 HC

Crema de verdures

Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**
Patata fornera
Fruita de temporada

15

486 Kcal 14,5Gr 0,0 AGS 26,8 Prot 60,0 HC

Coliflor ECO i patata

Estofat de vedella amb verdures

Fruita de temporada

2

530 Kcal 29,1 Gr 0,0 AGS 24,0 Prot 41,3 HC

Crema de carbassó
Hamburguesa de vedella i porc a la planxa **8-13**
Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

9

614 Kcal 15,3 Gr 0,0 AGS 32,3 Prot 84,3 HC

Espaguetis integrals amb salsa de carbassa **1-8T-11T-13**
Pollastre amb poma
Enciam i tomàquet
Fruita de temporada

16

797 Kcal 22,4 Gr 0,0 AGS 39,7 Prot 109,7 HC

Pasta amb salsa a escollir (a elecció) **1-3T-8T-11T**

Caldo d'au amb pasta(a escollir) **1-3T-8T-10-11T**

Pollastre al forn

Enciam
Fruita de temporada

19 532 Kcal 23,4 Gr 0,0 AGS 15,8 Prot 58,4 HC

Crema de pastanaga

Truita de patates **3**

Enciam i olives negres
logurt natural **2**
20 291 Kcal 4,3 Gr 0,0 AGS 9,0 Prot 54,9 HC

Escudella barrejada amb pasta integral **1-8-10-11T-13**

Carn d'olla **2-8-13**

Fruita de temporada

21 452 Kcal 14,3 Gr 0,0 AGS 23,2 Prot 54,7 HC

Bròquil ECO i patata

Wok de gall d'indi saltat amb verdures **13**

Fruita de temporada

22 616 Kcal 18,3Gr 0,0 AGS 36,1 Prot 81,0 HC

Cigrons estofats amb espinacs

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

Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

23 638 Kcal 19,1 Gr 0,0 AGS 28,2 Prot 87,7 HC

Arròs amb verdures i tomàquet **13**

Pollastre al forn amb salsa de moniato i patates

Fruita de temporada

26 335 Kcal 11,6 Gr 0,0 AGS 6,0 Prot 49,9 HC

Mongeta tendra, patata i pastanaga

Llom arrebossat(sense al·lèrgens)
Enciam i olives negres
Fruita de temporada

27 594 Kcal 16,4 Gr 0,0 AGS 37,1 Prot 71,0 HC

Llenties estofades amb verdures

Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**
Patata fornera
Fruita de temporada

28 892 Kcal 34,9 Gr 0,0 AGS 33,9 Prot 109,0 HC

Arròs amb xampinyons i tomàquet **13**

Ous al forn amb beixamel **1-2-3-8T-11T**
Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

29 741 Kcal 16,0Gr 0,0 AGS 43,0 Prot 99,6 HC

Macarrons integrals amb tomàquet i formatge ratllat **1-2-8T-11T**

Salmó al forn **4**
Enciam i blat de moro
Fruita de temporada

30


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 101-Llet

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

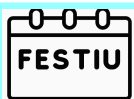
Dijous

Divendres

5 492 Kcal 21,8 Gr 0,0 AGS 19,8 Prot 52,1 HC

Mongeta tendra, patata i pastanaga

Salsitxes de porc a la planxa **8T-13**
Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

12

19 420 Kcal 19,0 Gr 0,0 AGS 27,7 Prot 31,4 HC

Crema de pastanaga

Filet de lluç al forn **4**

Enciam i olives negres
logurt natural **2**
26

335 Kcal 11,6 Gr 0,0 AGS 6,0 Prot 49,9 HC

Mongeta tendra, patata i pastanaga

Llom arrebossat(sense al·lèrgens)
Enciam i olives negres
Fruita de temporada

6 549 Kcal 18,3 Gr 0,0 AGS 30,3 Prot 64,4 HC

Amanida grega **2**

Llenties estofades amb verdures

Fruita de temporada

13

527 Kcal 19,0 Gr 0,0 AGS 31,6 Prot 63,8 HC

Arròs integral amb tomàquet **13**

Bacallà al forn **4-13T**

Enciam i pastanaga ratllada
logurt natural **2**
20

291 Kcal 4,3 Gr 0,0 AGS 9,0 Prot 54,9 HC

Escudella barrejada amb pasta integral
1-8-10-11T-13

Carn d'olla **2-8-13**

Fruita de temporada

27

594 Kcal 16,4 Gr 0,0 AGS 37,1 Prot 71,0 HC

Llenties estofades amb verdures

Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**
Patata fornera
Fruita de temporada

7 581 Kcal 24,1 Gr 0,0 AGS 30,1 Prot 58,6 HC

Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)
Vedella al forn amb xampinyons

logurt natural **2**
14

581 Kcal 14,7 Gr 0,0 AGS 33,2 Prot 75,5 HC

Cigrons estofats amb verdures

Filet de lluç arrebossat(sense al·lèrgens) **4**

Enciam i olives negres
Fruita de temporada

21

452 Kcal 14,3 Gr 0,0 AGS 23,2 Prot 54,7 HC

Bròquil ECO i patata

Wok de gall d'indi saltat amb verdures
13

Fruita de temporada

28

644 Kcal 23,6 Gr 0,0 AGS 28,3 Prot 79,8 HC

Arròs amb xampinyons i tomàquet **13**

Pollastre al forn amb llorer i farigola
Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

1

629 Kcal 18,5Gr 0,0 AGS 34,0 Prot 81,4 HC

Arròs integral amb tomàquet **13**
Calamars a la romana sense al·lèrgens
6

Enciam i tomàquet
Fruita de temporada

8

490 Kcal 19,2Gr 0,0 AGS 24,0 Prot 53,9 HC

Crema de verdures

Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**
Patata fornera
Fruita de temporada

15

486 Kcal 14,5Gr 0,0 AGS 26,8 Prot 60,0 HC

Coliflor ECO i patata

Estofat de vedella amb verdures

Fruita de temporada

22

616 Kcal 18,3Gr 0,0 AGS 36,1 Prot 81,0 HC

Cigrons estofats amb espinacs

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

Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

29

757 Kcal 13,2Gr 0,0 AGS 43,2 Prot 109,8 HC

Macarrons integrals amb tomàquet
1-8T-11T

Salmó al forn **4**
Enciam i blat de moro
Fruita de temporada

2

530 Kcal 29,1 Gr 0,0 AGS 24,0 Prot 41,3 HC

Crema de carbassó
Hamburguesa de vedella i porc a la planxa **8-13**
Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

9

600 Kcal 14,2 Gr 0,0 AGS 35,2 Prot 80,1 HC

Espaguetis integrals amb salsa de carbassa **1-8T-11T-13**
Pollastre al forn
Enciam i tomàquet
Fruita de temporada

16

709 Kcal 21,7 Gr 0,0 AGS 31,1 Prot 99,1 HC

Pasta sense gluten i ou amb salsa a escollir **8T**
Pollastre al forn

Enciam
Fruita de temporada

23

638 Kcal 19,1 Gr 0,0 AGS 28,2 Prot 87,7 HC

Arròs amb verdures i tomàquet **13**

Pollastre al forn amb salsa de moniato i patates

Fruita de temporada

30


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 101-Llet

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

5 492 Kcal 21,8 Gr 0,0 AGS 19,8 Prot 52,1 HC
Mongeta tendra, patata i pastanaga
Salsitxes de porc a la planxa **8T-13**
Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

12


19 420 Kcal 19,0 Gr 0,0 AGS 27,7 Prot 31,4 HC
Crema de pastanaga
Filet de lluç al forn **4**
Enciam i olives negres
logurt natural **2**

26 335 Kcal 11,6 Gr 0,0 AGS 6,0 Prot 49,9 HC
Mongeta tendra, patata i pastanaga
Llom arrebossat(sense al·lèrgens)
Enciam i olives negres
Fruita de temporada

6 471 Kcal 26,0 Gr 0,0 AGS 36,0 Prot 27,1 HC
Amanida grega **2**
Gall d'indi a la planxa
Fruita de temporada

13 527 Kcal 19,0 Gr 0,0 AGS 31,6 Prot 63,8 HC
Arròs integral amb tomàquet **13**
Bacallà al forn **4-13T**
Enciam i pastanaga ratllada
logurt natural **2**

20 235 Kcal 1,2 Gr 0,0 AGS 6,8 Prot 50,4 HC
Sopa d'au amb pasta integral **1-8T-10-11T**
Carn d'olla **2-8-13**
Fruita de temporada

27 488 Kcal 19,2 Gr 0,0 AGS 24,5 Prot 52,4 HC
Crema de carbassó
Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**
Patata fornera
Fruita de temporada

7 582 Kcal 24,1 Gr 0,0 AGS 29,7 Prot 59,0 HC
Arròs 2 delícies(blat de moro i pastanaga)
Vedella al forn amb xampinyons
logurt natural **2**

14 471 Kcal 15,5 Gr 0,0 AGS 24,0 Prot 58,1 HC
Crema de verdures
Filet de lluç arrebossat(sense al·lèrgens) **4**
Enciam i olives negres
Fruita de temporada

21 452 Kcal 14,3 Gr 0,0 AGS 23,2 Prot 54,7 HC
Bròquil ECO i patata
Wok de gall d'indi saltat amb verdures **13**
Fruita de temporada

28 644 Kcal 23,6 Gr 0,0 AGS 28,3 Prot 79,8 HC
Arròs amb xampinyons i tomàquet **13**
Pollastre al forn amb llorer i farigola
Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

1 629 Kcal 18,5Gr 0,0 AGS 34,0 Prot 81,4 HC
Arròs integral amb tomàquet **13**
Calamars a la romana sense al·lèrgens **6**
Enciam i tomàquet
Fruita de temporada

8 490 Kcal 19,2Gr 0,0 AGS 24,0 Prot 53,9 HC
Crema de verdures
Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**
Patata fornera
Fruita de temporada

15 473 Kcal 14,5Gr 0,0 AGS 26,3 Prot 57,9 HC
Coliflor ECO i patata
Estofat de vedella amb verdures(sense llegums)
Fruita de temporada

22 462 Kcal 17,4Gr 0,0 AGS 26,9 Prot 55,8 HC
Crema de espàrrecs verds
Bacallà amb samfaina **1-4-8T-11T-13T**
Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

29 757 Kcal 13,2Gr 0,0 AGS 43,2 Prot 109,8 HC
Macarrons integrals amb tomàquet **1-8T-11T**
Salmó al forn **4**
Enciam i blat de moro
Fruita de temporada

2 530 Kcal 29,1 Gr 0,0 AGS 24,0 Prot 41,3 HC
Crema de carbassó
Hamburguesa de vedella i porc a la planxa **8-13**
Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

9 600 Kcal 14,2 Gr 0,0 AGS 35,2 Prot 80,1 HC
Espaguetis integrals amb salsa de carbassa **1-8T-11T-13**
Pollastre al forn
Enciam i tomàquet
Fruita de temporada

16 709 Kcal 21,7 Gr 0,0 AGS 31,1 Prot 99,1 HC
Pasta sense gluten i ou amb salsa a escollir **8T**
Pollastre al forn
Enciam
Fruita de temporada

23 638 Kcal 19,1 Gr 0,0 AGS 28,2 Prot 87,7 HC
Arròs amb verdures i tomàquet **13**
Pollastre al forn amb salsa de moniato i patates
Fruita de temporada

30


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 101-Llet

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

5 492 Kcal 21,8 Gr 0,0 AGS 19,8 Prot 52,1 HC
Mongeta tendra, patata i pastanaga

Salsitxes de porc a la planxa 8T-13
Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

12 

19 532 Kcal 23,4 Gr 0,0 AGS 15,8 Prot 58,4 HC
Crema de pastanaga
Truita de patates 3
Enciam i olives negres
logurt natural 2

26 335 Kcal 11,6 Gr 0,0 AGS 6,0 Prot 49,9 HC
Mongeta tendra, patata i pastanaga
Llom arrebossat(sense al·lèrgens)
Enciam i olives negres
Fruita de temporada

6 549 Kcal 18,3 Gr 0,0 AGS 30,3 Prot 64,4 HC
Amanida grega 2

Llenties estofades amb verdures
Fruita de temporada

13 621 Kcal 21,0 Gr 0,0 AGS 21,2 Prot 85,1 HC
Arròs integral amb tomàquet 13

20 291 Kcal 4,3 Gr 0,0 AGS 9,0 Prot 54,9 HC
Escudella barrejada amb pasta integral 1-8-10-11T-13
Carn d'olla 2-8-13
Fruita de temporada

27 594 Kcal 16,4 Gr 0,0 AGS 37,1 Prot 71,0 HC
Llenties estofades amb verdures
Filet de lluç al forn amb all i julivert 4-13
Patata fornera
Fruita de temporada

7 667 Kcal 26,4 Gr 0,0 AGS 18,2 Prot 84,4 HC
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)
Truita de carbassó i patata 3
Enciam i olives negres
logurt natural 2

14 581 Kcal 14,7 Gr 0,0 AGS 33,2 Prot 75,5 HC
Cigrons estofats amb verdures

Filet de lluç arrebossat(sense al·lèrgens) 4
Enciam i olives negres
Fruita de temporada

21 452 Kcal 14,3 Gr 0,0 AGS 23,2 Prot 54,7 HC
Bròquil ECO i patata
Wok de gall d'indi saltat amb verdures 13
Fruita de temporada

28 892 Kcal 34,9 Gr 0,0 AGS 33,9 Prot 109,0 HC
Arròs amb xampinyons i tomàquet 13
Ous al forn amb beixamel 1-2-3-8T-11T
Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

1 629 Kcal 18,5Gr 0,0 AGS 34,0 Prot 81,4 HC
Arròs integral amb tomàquet 13
Calamars a la romana sense al·lèrgens 6
Enciam i tomàquet
Fruita de temporada

8 490 Kcal 19,2Gr 0,0 AGS 24,0 Prot 53,9 HC
Crema de verdures
Filet de lluç al forn amb all i julivert 4-13
Patata fornera
Fruita de temporada

15 486 Kcal 14,5Gr 0,0 AGS 26,8 Prot 60,0 HC
Coliflor ECO i patata
Estofat de vedella amb verdures
Fruita de temporada

22 616 Kcal 18,3Gr 0,0 AGS 36,1 Prot 81,0 HC
Cigrons estofats amb espinacs
Bacallà amb samfaina 1-4-8T-11T-13T
Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

29 741 Kcal 16,0Gr 0,0 AGS 43,0 Prot 99,6 HC
Macarrons integrals amb tomàquet i formatge ratllat 1-2-8T-11T
Salmó al forn 4
Enciam i blat de moro
Fruita de temporada

2 530 Kcal 29,1 Gr 0,0 AGS 24,0 Prot 41,3 HC
Crema de carbassó
Hamburguesa de vedella i porc a la planxa 8-13
Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

9 614 Kcal 15,3 Gr 0,0 AGS 32,3 Prot 84,3 HC
Espaguetis integrals amb salsa de carbassa 1-8T-11T-13
Pollastre amb poma
Enciam i tomàquet
Fruita de temporada

16 797 Kcal 22,4 Gr 0,0 AGS 39,7 Prot 109,7 HC
Pasta amb salsa a escollir (a elecció) 1-3T-8T-11T
Caldo d'au amb pasta(a escollir) 1-3T-8T-10-11T
Pollastre al forn
Enciam
Fruita de temporada

23 638 Kcal 19,1 Gr 0,0 AGS 28,2 Prot 87,7 HC
Arròs amb verdures i tomàquet 13
Pollastre al forn amb salsa de moniato i patates
Fruita de temporada

30 

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 101-Llet

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 > 63°C. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < 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

1 682 Kcal 18,9Gr 0,0 AGS 35,9 Prot 91,1 HC
Arròs integral amb tomàquet **13**
Calamars a la romana(fets a cuina)
1-6-8T-11T
Enciam i tomàquet
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

2 580 Kcal 29,4 Gr 0,0 AGS 25,6 Prot 51,3 HC
Crema de carbassó
Hamburguesa de vedella i porc a la planxa **8-13**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

5 542 Kcal 22,1 Gr 0,0 AGS 21,4 Prot 62,1 HC
Mongeta tendra, patata i pastanaga
Salsitxes de porc a la planxa **8T-13**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

6 600 Kcal 18,6 Gr 0,0 AGS 31,9 Prot 74,4 HC
Amanida grega **2**
Llenties estofades amb verdures
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

7 718 Kcal 26,7 Gr 0,0 AGS 19,8 Prot 94,4 HC
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)
Trita de carbassó i patata **3**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural **2**

8 540 Kcal 19,5Gr 0,0 AGS 25,6 Prot 63,9 HC
Crema de verdures
Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**
Patata fornada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

9 659 Kcal 13,8 Gr 0,0 AGS 34,3 Prot 96,4 HC
Espaguetis integrals amb salsa de carbassa **1-8T-11T-13**
Pollastre al curri amb poma **1T-7T-9T-10T-11T-12T-13**
Enciam i tomàquet
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

12


13 671 Kcal 21,2 Gr 0,0 AGS 22,8 Prot 95,1 HC
Arròs integral amb tomàquet **13**
Trita francesa **3**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural **2**

14 609 Kcal 15,5 Gr 0,0 AGS 35,8 Prot 78,0 HC
Cigrons estofats amb verdures
Filet de lluç arrebossat **1-2-3-4-8T-11T-12T**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

15 536 Kcal 14,7Gr 0,0 AGS 28,4 Prot 70,0 HC
Coliflor ECO i patata
Estofat de vedella amb verdures
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

16 876 Kcal 24,5 Gr 0,0 AGS 42,7 Prot 120,4 HC
Pasta amb salsa a escollir (a elecció)
1-3T-8T-11T
Caldo d'au amb pasta(a escollir)
1-3T-8T-10-11T
Pollastre al forn
Enciam i llavors de gira-sol **9**
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

19 582 Kcal 23,7 Gr 0,0 AGS 17,4 Prot 68,4 HC
Crema de pastanaga
Trita de patates **3**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural **2**

20 341 Kcal 4,6 Gr 0,0 AGS 10,6 Prot 64,9 HC
Escudella barrejada amb pasta integral
1-8-10-11T-13
Carn d'olla **2-8-13**
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

21 502 Kcal 14,6 Gr 0,0 AGS 24,8 Prot 64,7 HC
Bròquil ECO i patata
Wok de gall d'indi saltat amb verdures **13**
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

22 666 Kcal 18,6Gr 0,0 AGS 37,7 Prot 91,0 HC
Cigrons estofats amb espinacs
Bacallà amb samfaina **1-4-8T-11T-13T**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

23 688 Kcal 19,4 Gr 0,0 AGS 29,8 Prot 97,7 HC
Arròs amb verdures i tomàquet **13**
Pollastre al forn amb salsa de moniato i patates
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

26 664 Kcal 25,3 Gr 0,0 AGS 37,4 Prot 67,6 HC
Mongeta tendra, patata i pastanaga
Llom arrebossat **1-2-3-8T-11T-12T**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

27 645 Kcal 16,7 Gr 0,0 AGS 38,7 Prot 81,0 HC
Llenties estofades amb verdures
Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**
Patata fornada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

28 943 Kcal 35,2 Gr 0,0 AGS 35,5 Prot 119,0 HC
Arròs amb xampinyons i tomàquet **13**
Ous al forn amb beixamel **1-2-3-8T-11T**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

29 791 Kcal 16,2Gr 0,0 AGS 44,6 Prot 109,6 HC
Macarrons integrals amb tomàquet i formatge ratllat **1-2-8T-11T**
Salmó al forn **4**
Enciam i blat de moro
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

30


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 101-Llet

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 > 63°C. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < 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

1 674 Kcal 20,0Gr 0,0 AGS 34,4 Prot 87,7 HC
Arròs integral amb tomàquet **13**
Calamars a la romana sense al·lèrgens **6**
Enciam i tomàquet
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**
Fruita de temporada

2 574 Kcal 30,6 Gr 0,0 AGS 24,4 Prot 47,6 HC
Crema de carbassó
Hamburguesa de vedella i porc a la planxa **8-13**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**
Fruita de temporada

5 536 Kcal 23,3 Gr 0,0 AGS 20,3 Prot 58,4 HC
Mongeta tendra, patata i pastanaga
Salsitxes de porc a la planxa **8T-13**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**
Fruita de temporada

6 593 Kcal 19,8 Gr 0,0 AGS 30,7 Prot 70,7 HC
Amanida grega **2**
Llenties estofades amb verdures
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**
Fruita de temporada

7 711 Kcal 27,9 Gr 0,0 AGS 18,6 Prot 90,7 HC
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)
Trita de carbassó i patata **3**
Enciam i olives negres
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**
logurt natural **2**

8 534 Kcal 20,7Gr 0,0 AGS 24,5 Prot 60,2 HC
Crema de verdures
Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**
Patata fornera
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**
Fruita de temporada

9 666 Kcal 16,3 Gr 0,0 AGS 28,9 Prot 101,5 HC
Pasta sense gluten i ou amb salsa de carbassa **8T-13**
Pollastre amb poma
Enciam i tomàquet
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**
Fruita de temporada

12


13 665 Kcal 22,5 Gr 0,0 AGS 21,6 Prot 91,4 HC
Arròs integral amb tomàquet **13**
Trita francesa **3**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**
logurt natural **2**

14 625 Kcal 16,2 Gr 0,0 AGS 33,6 Prot 81,8 HC
Cigrons estofats amb verdures
Filet de lluç arrebossat(sense al·lèrgens) **4**
Enciam i olives negres
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**
Fruita de temporada

15 530 Kcal 16,0Gr 0,0 AGS 27,2 Prot 66,3 HC
Coliflor ECO i patata
Estofat de vedella amb verdures
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**
Fruita de temporada

16 782 Kcal 25,1 Gr 0,0 AGS 33,0 Prot 106,2 HC
Pasta sense gluten i ou amb salsa a escollir **8T**
Pollastre al forn
Enciam i llavors de gira-sol **9**
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**
Fruita de temporada

19 576 Kcal 24,9 Gr 0,0 AGS 16,3 Prot 64,7 HC
Crema de pastanaga
Trita de patates **3**
Enciam i olives negres
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**
logurt natural **2**

20 283 Kcal 2,7 Gr 0,0 AGS 5,3 Prot 58,8 HC
Escudella sense gluten i ou **8T-10-13**
Carn d'olla **2-8-13**
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**
Fruita de temporada

21 496 Kcal 15,8 Gr 0,0 AGS 23,6 Prot 61,0 HC
Bròquil ECO i patata
Wok de gall d'indi saltat amb verdures **13**
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**
Fruita de temporada

22 597 Kcal 14,8Gr 0,0 AGS 36,0 Prot 83,5 HC
Cigrons estofats amb espinacs
Bacallà amb samfaina(sense al·lèrgens) **4-13T**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**
Fruita de temporada

23 682 Kcal 20,6 Gr 0,0 AGS 28,6 Prot 94,0 HC
Arròs amb verdures i tomàquet **13**
Pollastre al forn amb salsa de moniato i patates
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**
Fruita de temporada

26 379 Kcal 13,1 Gr 0,0 AGS 6,5 Prot 56,2 HC
Mongeta tendra, patata i pastanaga
Llom arrebossat(sense al·lèrgens)
Enciam i olives negres
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**
Fruita de temporada

27 638 Kcal 17,9 Gr 0,0 AGS 37,5 Prot 77,3 HC
Llenties estofades amb verdures
Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**
Patata fornera
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**
Fruita de temporada

28 655 Kcal 20,8 Gr 0,0 AGS 21,8 Prot 93,3 HC
Arròs amb xampinyons i tomàquet **13**
Ous al forn amb tomàquet **3**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**
Fruita de temporada

29 753 Kcal 14,4Gr 0,0 AGS 38,2 Prot 109,4 HC
Pasta sense gluten i ou amb tomàquet **8T**
Salmó al forn **4**
Enciam i blat de moro
Pa sense gluten **3-7T-8T-9T-12T**
Fruita de temporada

30


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 101-Llet

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

5 478 Kcal 13,4 Gr 0,0 AGS 24,9 Prot 62,3 HC

Mongeta tendra, patata i pastanaga

Salsitxes de pollastre a la planxa **8T-13**

Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

12



19 582 Kcal 23,7 Gr 0,0 AGS 17,4 Prot 68,4 HC

Crema de pastanaga

Truita de patates **3**

Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural **2**

26 684 Kcal 27,1 Gr 0,0 AGS 20,1 Prot 87,4 HC

Mongeta tendra, patata i pastanaga

Varetes de lluç **1-4-8T-11T**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

6 600 Kcal 18,6 Gr 0,0 AGS 31,9 Prot 74,4 HC

Amanida grega **2**

Llenties estofades amb verdures

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

13 671 Kcal 21,2 Gr 0,0 AGS 22,8 Prot 95,1 HC

Arròs integral amb tomàquet **13**

Truita francesa **3**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural **2**

20 448 Kcal 8,2 Gr 0,0 AGS 32,5 Prot 61,2 HC

Escudella barrejada amb pasta integral(sense porc) **1-3T-8T-10-11T-13**
Pit de pollastre a la planxa

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

27 645 Kcal 16,7 Gr 0,0 AGS 38,7 Prot 81,0 HC

Llenties estofades amb verdures

Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**
Patata fornera
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

7 718 Kcal 26,7 Gr 0,0 AGS 19,8 Prot 94,4 HC

Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)

Truita de carbassó i patata **3**

Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural **2**

14 609 Kcal 15,5 Gr 0,0 AGS 35,8 Prot 78,0 HC

Cigrons estofats amb verdures

Filet de lluç arrebossat **1-2-3-4-8T-11T-12T**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

21 502 Kcal 14,6 Gr 0,0 AGS 24,8 Prot 64,7 HC

Bròquil ECO i patata

Wok de gall d'indi saltat amb verdures **13**

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

28 943 Kcal 35,2 Gr 0,0 AGS 35,5 Prot 119,0 HC

Arròs amb xampinyons i tomàquet **13**

Ous al forn amb beixamel **1-2-3-8T-11T**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

1 682 Kcal 18,9Gr 0,0 AGS 35,9 Prot 91,1 HC

Arròs integral amb tomàquet **13**
Calamars a la romana(fets a cuina) **1-6-8T-11T**
Enciam i tomàquet
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

8 540 Kcal 19,5Gr 0,0 AGS 25,6 Prot 63,9 HC

Crema de verdures

Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**

Patata fornera
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

15 536 Kcal 14,7Gr 0,0 AGS 28,4 Prot 70,0 HC

Coliflor ECO i patata

Estofat de vedella amb verdures

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

22 666 Kcal 18,6Gr 0,0 AGS 37,7 Prot 91,0 HC

Cigrons estofats amb espinacs

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

Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

29 791 Kcal 16,2Gr 0,0 AGS 44,6 Prot 109,6 HC

Macarrons integrals amb tomàquet i formatge ratllat **1-2-8T-11T**
Salmó al forn **4**
Enciam i blat de moro
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

2 578 Kcal 27,9 Gr 0,0 AGS 32,0 Prot 48,5 HC

Crema de carbassó

Hamburguesa de vedella a la planxa **13**

Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

9 659 Kcal 13,8 Gr 0,0 AGS 34,3 Prot 96,4 HC

Espaguetis integrals amb salsa de carbassa **1-8T-11T-13**
Pollastre al curri amb poma **11-7T-9T-10T-11T-12T-13**
Enciam i tomàquet
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

16 876 Kcal 24,5 Gr 0,0 AGS 42,7 Prot 120,4 HC

Pasta amb salsa a escollir (a elecció) **1-3T-8T-11T**
Caldo d'au amb pasta(a escollir) **1-3T-8T-10-11T**
Pollastre al forn
Enciam i llavors de gira-sol **9**
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

23 688 Kcal 19,4 Gr 0,0 AGS 29,8 Prot 97,7 HC

Arròs amb verdures i tomàquet **13**

Pollastre al forn amb salsa de moniato i patates

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

30



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 101-Llet

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

1 682 Kcal 18,9Gr 0,0 AGS 35,9 Prot 91,1 HC
Arròs integral amb tomàquet **13**
Calamars a la romana(fets a cuina)
1-6-8T-11T
Enciam i tomàquet
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

2 580 Kcal 29,4 Gr 0,0 AGS 25,6 Prot 51,3 HC
Crema de carbassó
Hamburguesa de vedella i porc a la planxa **8-13**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

5 542 Kcal 22,1 Gr 0,0 AGS 21,4 Prot 62,1 HC
Mongeta tendra, patata i pastanaga
Salsitxes de porc a la planxa **8T-13**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

6 424 Kcal 3,6 Gr 0,0 AGS 20,3 Prot 74,4 HC
Amanida variada(sense formatge)
Llenties estofades amb verdures
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

7 728 Kcal 26,8 Gr 0,0 AGS 21,5 Prot 94,9 HC
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)
Trita de carbassó i patata **3**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural sense lactosa **2**

8 540 Kcal 19,5Gr 0,0 AGS 25,6 Prot 63,9 HC
Crema de verdures
Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**
Patata forera
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

9 659 Kcal 13,8 Gr 0,0 AGS 34,3 Prot 96,4 HC
Espaguetis integrals amb salsa de carbassa **1-8T-11T-13**
Pollastre al curri amb poma
1T-7T-9T-10T-11T-12T-13
Enciam i tomàquet
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

12


13 682 Kcal 21,4 Gr 0,0 AGS 24,5 Prot 95,6 HC
Arròs integral amb tomàquet **13**
Trita francesa **3**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural sense lactosa **2**

14 632 Kcal 15,0 Gr 0,0 AGS 34,8 Prot 85,5 HC
Cigrons estofats amb verdures
Filet de lluç arrebossat(sense al·lèrgens) **4**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

15 536 Kcal 14,7Gr 0,0 AGS 28,4 Prot 70,0 HC
Coliflor ECO i patata
Estofat de vedella amb verdures
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

16 880 Kcal 24,5 Gr 0,0 AGS 41,3 Prot 123,1 HC
Pasta amb salsa a escollir (a elecció)
1-3T-8T-11T
Caldo d'au amb pasta sense gluten i ou
8T-10
Pollastre al forn
Enciam i llavors de gira-sol **9**
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

19 593 Kcal 23,8 Gr 0,0 AGS 19,2 Prot 68,9 HC
Crema de pastanaga
Trita de patates **3**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural sense lactosa **2**

20 610 Kcal 20,3 Gr 0,0 AGS 39,0 Prot 66,1 HC
Escudella barrejada amb pasta integral
1-8-10-11T-13
Llom a la planxa
Enciam i blat de moro
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

21 502 Kcal 14,6 Gr 0,0 AGS 24,8 Prot 64,7 HC
Bròquil ECO i patata
Wok de gall d'indi saltat amb verdures
13
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

22 666 Kcal 18,6Gr 0,0 AGS 37,7 Prot 91,0 HC
Cigrons estofats amb espinacs
Bacallà amb samfaina **1-4-8T-11T-13T**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

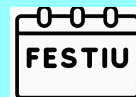
23 688 Kcal 19,4 Gr 0,0 AGS 29,8 Prot 97,7 HC
Arròs amb verdures i tomàquet **13**
Pollastre al forn amb salsa de moniato i patates
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

26 385 Kcal 11,9 Gr 0,0 AGS 7,6 Prot 59,9 HC
Mongeta tendra, patata i pastanaga
Llom arrebossat(sense al·lèrgens)
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

27 645 Kcal 16,7 Gr 0,0 AGS 38,7 Prot 81,0 HC
Llenties estofades amb verdures
Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**
Patata forera
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

28 662 Kcal 19,6 Gr 0,0 AGS 23,0 Prot 97,0 HC
Arròs amb xampinyons i tomàquet **13**
Ous al forn amb tomàquet **3**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

29 808 Kcal 13,4Gr 0,0 AGS 44,8 Prot 119,8 HC
Macarrons integrals amb tomàquet
1-8T-11T
Salmó al forn **4**
Enciam i blat de moro
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

30


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 101-Llet

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 > 63°C. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < 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

1 682 Kcal 18,9Gr 0,0 AGS 35,9 Prot 91,1 HCArròs integral amb tomàquet **13**
Calamars a la romana(fets a cuina)
1-6-8T-11TEnciam i tomàquet
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**2** 580 Kcal 29,4 Gr 0,0 AGS 25,6 Prot 51,3 HCCrema de carbassó
Hamburguesa de vedella i porc a la planxa **8-13**Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**5** 542 Kcal 22,1 Gr 0,0 AGS 21,4 Prot 62,1 HC

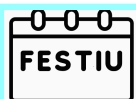
Mongeta tendra, patata i pastanaga

Salsitxes de porc a la planxa **8T-13**Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**6** 521 Kcal 26,2 Gr 0,0 AGS 37,6 Prot 37,1 HCAmanida grega **2**

Gall d'indi a la planxa

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**7** 718 Kcal 26,7 Gr 0,0 AGS 19,8 Prot 94,4 HCArròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)
Trita de carbassó i patata **3**Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural **2****8** 540 Kcal 19,5Gr 0,0 AGS 25,6 Prot 63,9 HC

Crema de verdures

Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**Patata fornada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**9** 659 Kcal 13,8 Gr 0,0 AGS 34,3 Prot 96,4 HCEspaguetis integrals amb salsa de carbassa **1-8T-11T-13**
Pollastre al curri amb poma
1T-7T-9T-11T-12T-13Enciam i tomàquet
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**12****13** 671 Kcal 21,2 Gr 0,0 AGS 22,8 Prot 95,1 HCArròs integral amb tomàquet **13**Trita francesa **3**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural **2****14** 609 Kcal 15,5 Gr 0,0 AGS 35,8 Prot 78,0 HC

Cigrons estofats amb verdures

Filet de lluç arrebossat **1-2-3-4-8T-11T-12T**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**15** 536 Kcal 14,7Gr 0,0 AGS 28,4 Prot 70,0 HC

Coliflor ECO i patata

Estofat de vedella amb verdures

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**16** 876 Kcal 24,5 Gr 0,0 AGS 42,7 Prot 120,4 HCPasta amb salsa a escollir (a elecció)
1-3T-8T-11TCaldo d'au amb pasta(a escollir)
1-3T-8T-10-11TPollastre al forn
Enciam i llavors de gira-sol **9**
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**19** 582 Kcal 23,7 Gr 0,0 AGS 17,4 Prot 68,4 HC

Crema de pastanaga

Trita de patates **3**Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural **2****20** 341 Kcal 4,6 Gr 0,0 AGS 10,6 Prot 64,9 HCEscudella barrejada amb pasta integral
1-8-10-11T-13Carn d'olla **2-8-13**Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**21** 502 Kcal 14,6 Gr 0,0 AGS 24,8 Prot 64,7 HC

Bròquil ECO i patata

Wok de gall d'indi saltat amb verdures
13Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**22** 666 Kcal 18,6Gr 0,0 AGS 37,7 Prot 91,0 HC

Cigrons estofats amb espinacs

Bacallà amb samfaina **1-4-8T-11T-13T**Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**23** 688 Kcal 19,4 Gr 0,0 AGS 29,8 Prot 97,7 HCArròs amb verdures i tomàquet **13**

Pollastre al forn amb salsa de moniato i patates

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**26** 664 Kcal 25,3 Gr 0,0 AGS 37,4 Prot 67,6 HC

Mongeta tendra, patata i pastanaga

Llom arrebossat **1-2-3-8T-11T-12T**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**27** 538 Kcal 19,5 Gr 0,0 AGS 26,1 Prot 62,4 HC

Crema de carbassó

Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**
Patata fornada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**28** 943 Kcal 35,2 Gr 0,0 AGS 35,5 Prot 119,0 HCArròs amb xampinyons i tomàquet **13**Ous al forn amb beixamel **1-2-3-8T-11T**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**29** 791 Kcal 16,2Gr 0,0 AGS 44,6 Prot 109,6 HCMacarrons integrals amb tomàquet i formatge ratllat **1-2-8T-11T**
Salmó al forn **4**Enciam i blat de moro
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**30**

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 101-Llet

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 > 63°C. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
 PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < 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

1 608 Kcal 16,9Gr 0,0 AGS 30,8 Prot 83,5 HCArròs integral amb tomàquet **13**
Gall d'indi a la planxaEnciam i tomàquet
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**2** 580 Kcal 29,4 Gr 0,0 AGS 25,6 Prot 51,3 HCCrema de carbassó
Hamburguesa de vedella i porc a la planxa **8-13**Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**5** 542 Kcal 22,1 Gr 0,0 AGS 21,4 Prot 62,1 HC

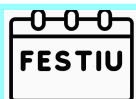
Mongeta tendra, patata i pastanaga

Salsitxes de porc a la planxa **8T-13**Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**6** 600 Kcal 18,6 Gr 0,0 AGS 31,9 Prot 74,4 HCAmanida grega **2**

Llenties estofades amb verdures

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**7** 718 Kcal 26,7 Gr 0,0 AGS 19,8 Prot 94,4 HCArròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)
Trita de carbassó i patata **3**Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural **2****8** 540 Kcal 19,5Gr 0,0 AGS 25,6 Prot 63,9 HC

Crema de verdures

Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**Patata fornada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**9** 659 Kcal 13,8 Gr 0,0 AGS 34,3 Prot 96,4 HCEspaguetis integrals amb salsa de carbassa **1-8T-11T-13**
Pollastre al curri amb poma **1T-7T-9T-11T-12T-13**Enciam i tomàquet
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**12****13** 671 Kcal 21,2 Gr 0,0 AGS 22,8 Prot 95,1 HCArròs integral amb tomàquet **13**Trita francesa **3**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural **2****14** 609 Kcal 15,5 Gr 0,0 AGS 35,8 Prot 78,0 HC

Cigrons estofats amb verdures

Filet de lluç arrebossat **1-2-3-4-8T-11T-12T**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**15** 536 Kcal 14,7Gr 0,0 AGS 28,4 Prot 70,0 HC

Coliflor ECO i patata

Estofat de vedella amb verdures

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**16** 876 Kcal 24,5 Gr 0,0 AGS 42,7 Prot 120,4 HCPasta amb salsa a escollir (a elecció) **1-3T-8T-11T**Caldo d'au amb pasta(a escollir) **1-3T-8T-10-11T**Pollastre al forn
Enciam i llavors de gira-sol **9**
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**19** 582 Kcal 23,7 Gr 0,0 AGS 17,4 Prot 68,4 HC

Crema de pastanaga

Trita de patates **3**Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural **2****20** 341 Kcal 4,6 Gr 0,0 AGS 10,6 Prot 64,9 HCEscudella barrejada amb pasta integral **1-8-10-11T-13**Carn d'olla **2-8-13**Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**21** 502 Kcal 14,6 Gr 0,0 AGS 24,8 Prot 64,7 HC

Bròquil ECO i patata

Wok de gall d'indi saltat amb verdures **13**Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**22** 666 Kcal 18,6Gr 0,0 AGS 37,7 Prot 91,0 HC

Cigrons estofats amb espinacs

Bacallà amb samfaina **1-4-8T-11T-13T**Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**23** 688 Kcal 19,4 Gr 0,0 AGS 29,8 Prot 97,7 HCArròs amb verdures i tomàquet **13**

Pollastre al forn amb salsa de moniato i patates

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**26** 664 Kcal 25,3 Gr 0,0 AGS 37,4 Prot 67,6 HC

Mongeta tendra, patata i pastanaga

Llom arrebossat **1-2-3-8T-11T-12T**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**27** 645 Kcal 16,7 Gr 0,0 AGS 38,7 Prot 81,0 HC

Llenties estofades amb verdures

Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**
Patata fornada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**28** 943 Kcal 35,2 Gr 0,0 AGS 35,5 Prot 119,0 HCArròs amb xampinyons i tomàquet **13**Ous al forn amb beixamel **1-2-3-8T-11T**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**29** 791 Kcal 16,2Gr 0,0 AGS 44,6 Prot 109,6 HCMacarrons integrals amb tomàquet i formatge ratllat **1-2-8T-11T**
Salmó al forn **4**Enciam i blat de moro
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada**30**

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 101-Llet

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 > 63°C. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
 PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < 8°C. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
 TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMEDIAT.

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

5 659 Kcal/24,1 Gr 0,0 AGS 17,7 Prot 86,8 HC

Mongeta tendra, patata i pastanaga

Truita paisana **3**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

12


19 582 Kcal/23,7 Gr 0,0 AGS 17,4 Prot 68,4 HC

Crema de pastanaga

Truita de patates **3**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural **2**

26 684 Kcal/27,1 Gr 0,0 AGS 20,1 Prot 87,4 HC

Mongeta tendra, patata i pastanaga

Varetes de lluç **1-4-8T-11T**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

6 600 Kcal/18,6 Gr 0,0 AGS 31,9 Prot 74,4 HCAmanida grega **2**

Llenties estofades amb verdures

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

13 671 Kcal/21,2 Gr 0,0 AGS 22,8 Prot 95,1 HCArròs integral amb tomàquet **13**

Truita francesa **3**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural **2**

20 483 Kcal/9,4 Gr 0,0 AGS 23,8 Prot 74,4 HCSopa de verdures amb pasta integral **1-8T-11T**Maires fregides amb saltat de verdures **1-4-8T-11T**

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

27 645 Kcal/16,7 Gr 0,0 AGS 38,7 Prot 81,0 HC

Llenties estofades amb verdures

Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**
Patata fornera
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

7 718 Kcal/26,7 Gr 0,0 AGS 19,8 Prot 94,4 HC

Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)

Truita de carbassó i patata **3**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural **2**

14 609 Kcal/15,5 Gr 0,0 AGS 35,8 Prot 78,0 HC

Cigrons estofats amb verdures

Filet de lluç arrebossat **1-2-3-4-8T-11T-12T**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

21 623 Kcal/23,3 Gr 0,0 AGS 24,9 Prot 75,1 HC

Bròquil ECO i patata

Ous al forn amb patates i tomàquet **3**

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

28 943 Kcal/35,2 Gr 0,0 AGS 35,5 Prot 119,0 HCArròs amb xampinyons i tomàquet **13**

Ous al forn amb beixamel **1-2-3-8T-11T**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

1 682 Kcal/18,9Gr 0,0 AGS 35,9 Prot 91,1 HCArròs integral amb tomàquet **13**
Calamars a la romana(fets a cuina)

1-6-8T-11T
Enciam i tomàquet
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

8 540 Kcal/19,5Gr 0,0 AGS 25,6 Prot 63,9 HC

Crema de verdures

Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**
Patata fornera
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

15 539 Kcal/15,8Gr 0,0 AGS 33,9 Prot 63,5 HC

Coliflor ECO i patata

Filet de tilàpia amb verduretes **4-13**

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

22 666 Kcal/18,6Gr 0,0 AGS 37,7 Prot 91,0 HC

Cigrons estofats amb espinacs

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

Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

29 791 Kcal/16,2Gr 0,0 AGS 44,6 Prot 109,6 HCMacarrons integrals amb tomàquet i formatge ratllat **1-2-8T-11T**

Salmó al forn **4**
Enciam i blat de moro
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

2 710 Kcal/15,5 Gr 0,0 AGS 28,5 Prot 113,9 HCCrema de carbassó
Hamburguesa de llenties i menta

1-2T-3T-4T-5T-6T-8T-13T
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

9 639 Kcal/12,2 Gr 0,0 AGS 38,6 Prot 91,7 HCEspaguetis integrals amb salsa de carbassa **1-8T-11T-13**

Gallineta al forn **4-13**
Enciam i tomàquet
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

16 937 Kcal/30,0 Gr 0,0 AGS 33,5 Prot 130,2 HC

Pasta amb salsa a escollir (a elecció)

Sopa de verdures amb pasta(a escollir)
1-3T-8T-11T
Ous al forn amb patates i tomàquet **3**

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

23 810 Kcal/31,1 Gr 0,0 AGS 13,0 Prot 116,2 HCArròs amb verdures i tomàquet **13**

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

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

30


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 101-Llet

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 > 63°C. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < 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

5 492 Kcal 21,8 Gr 0,0 AGS 19,8 Prot 52,1 HC

Mongeta tendra, patata i pastanaga

Salsitxes de porc a la planxa 8T-13

Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada**12**
**19** 420 Kcal 19,0 Gr 0,0 AGS 27,7 Prot 31,4 HC

Crema de pastanaga

Filet de lluç al forn 4

Enciam i olives negres
logurt natural 2**26** 335 Kcal 11,6 Gr 0,0 AGS 6,0 Prot 49,9 HC

Mongeta tendra, patata i pastanaga

Llom arrebossat(sense al·lèrgens)
Enciam i olives negres
Fruita de temporada**6** 549 Kcal 18,3 Gr 0,0 AGS 30,3 Prot 64,4 HC

Amanida grega 2

Llenties estofades amb verdures

Fruita de temporada

13 527 Kcal 19,0 Gr 0,0 AGS 31,6 Prot 63,8 HC

Arròs integral amb tomàquet 13

Bacallà al forn 4-13T

Enciam i pastanaga ratllada
logurt natural 2**20** 291 Kcal 4,3 Gr 0,0 AGS 9,0 Prot 54,9 HC

Escudella barrejada amb pasta integral

1-8-10-11T-13
Carn d'olla 2-8-13

Fruita de temporada

27 594 Kcal 16,4 Gr 0,0 AGS 37,1 Prot 71,0 HC

Llenties estofades amb verdures

Filet de lluç al forn amb all i julivert 4-13
Patata fornera
Fruita de temporada**7** 581 Kcal 24,1 Gr 0,0 AGS 30,1 Prot 58,6 HCArròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)
Vedella al forn amb xampinyons

logurt natural 2

14 581 Kcal 14,7 Gr 0,0 AGS 33,2 Prot 75,5 HC

Cigrons estofats amb verdures

Filet de lluç arrebossat(sense al·lèrgens) 4
Enciam i olives negres
Fruita de temporada**21** 452 Kcal 14,3 Gr 0,0 AGS 23,2 Prot 54,7 HC

Bròquil ECO i patata

Wok de gall d'indi saltat amb verdures 13

Fruita de temporada

28 644 Kcal 23,6 Gr 0,0 AGS 28,3 Prot 79,8 HC

Arròs amb xampinyons i tomàquet 13

Pollastre al forn amb llorer i farigola
Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada**1** 629 Kcal 18,5Gr 0,0 AGS 34,0 Prot 81,4 HCArròs integral amb tomàquet 13
Calamars a la romana sense al·lèrgens 6Enciam i tomàquet
Fruita de temporada**8** 490 Kcal 19,2Gr 0,0 AGS 24,0 Prot 53,9 HC

Crema de verdures

Filet de lluç al forn amb all i julivert 4-13

Patata fornera
Fruita de temporada**15** 486 Kcal 14,5Gr 0,0 AGS 26,8 Prot 60,0 HC

Coliflor ECO i patata

Estofat de vedella amb verdures

Fruita de temporada

22 616 Kcal 18,3Gr 0,0 AGS 36,1 Prot 81,0 HC

Cigrons estofats amb espinacs

Bacallà amb samfaina 1-4-8T-11T-13T

Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada**29** 757 Kcal 13,2Gr 0,0 AGS 43,2 Prot 109,8 HC

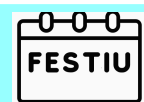
Macarrons integrals amb tomàquet 1-8T-11T

Salmó al forn 4
Enciam i blat de moro
Fruita de temporada**2** 530 Kcal 29,1 Gr 0,0 AGS 24,0 Prot 41,3 HCCrema de carbassó
Hamburguesa de vedella i porc a la planxa 8-13
Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada**9** 609 Kcal 13,6 Gr 0,0 AGS 32,7 Prot 86,4 HCEspaguetis integrals amb salsa de carbassa 1-8T-11T-13
Pollastre al curri amb poma 1T-7T-9T-10T-11T-12T-13
Enciam i tomàquet
Fruita de temporada**16** 737 Kcal 23,6 Gr 0,0 AGS 32,5 Prot 99,9 HCPasta sense gluten i ou amb salsa a escollir 8T
Pollastre al fornEnciam i llavors de gira-sol 9
Fruita de temporada**23** 638 Kcal 19,1 Gr 0,0 AGS 28,2 Prot 87,7 HC

Arròs amb verdures i tomàquet 13

Pollastre al forn amb salsa de moniato i patates

Fruita de temporada

30

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 101-Llet

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

1 682 Kcal 18,9Gr 0,0 AGS 35,9 Prot 91,1 HC
Arròs integral amb tomàquet **13**
Calamars a la romana(fets a cuina)
1-6-8T-11T
Enciam i tomàquet
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruïta de temporada

2 580 Kcal 29,4 Gr 0,0 AGS 25,6 Prot 51,3 HC
Crema de carbassó
Hamburguesa de vedella i porc a la planxa **8-13**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruïta de temporada

5 542 Kcal 22,1 Gr 0,0 AGS 21,4 Prot 62,1 HC
Mongeta tendra, patata i pastanaga
Salsitxes de porc a la planxa **8T-13**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruïta de temporada

6 600 Kcal 18,6 Gr 0,0 AGS 31,9 Prot 74,4 HC
Amanida grega **2**
Llenties estofades amb verdures
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruïta de temporada

7 718 Kcal 26,7 Gr 0,0 AGS 19,4 Prot 94,8 HC
Arròs 2 delícies(blat de moro i pastanaga)
Trita de carbassó i patata **3**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural **2**

8 540 Kcal 19,5Gr 0,0 AGS 25,6 Prot 63,9 HC
Crema de verdures
Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**
Patata fornera
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruïta de temporada

9 659 Kcal 13,8 Gr 0,0 AGS 34,3 Prot 96,4 HC
Espaguetis integrals amb salsa de carbassa **1-8T-11T-13**
Pollastre al curri amb poma **1T-7T-9T-10T-11T-12T-13**
Enciam i tomàquet
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruïta de temporada

12


13 671 Kcal 21,2 Gr 0,0 AGS 22,8 Prot 95,1 HC
Arròs integral amb tomàquet **13**
Trita francesa **3**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural **2**

14 609 Kcal 15,5 Gr 0,0 AGS 35,8 Prot 78,0 HC
Cigrons estofats amb verdures
Filet de lluç arrebossat **1-2-3-4-8T-11T-12T**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruïta de temporada

15 523 Kcal 14,8Gr 0,0 AGS 27,9 Prot 67,9 HC
Coliflor ECO i patata
Estofat de vedella amb verdures(sense llegums)
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruïta de temporada

16 876 Kcal 24,5 Gr 0,0 AGS 42,7 Prot 120,4 HC
Pasta amb salsa a escollir (a elecció)
1-3T-8T-11T
Caldo d'au amb pasta(a escollir)
1-3T-8T-10-11T
Pollastre al forn
Enciam i llavors de gira-sol **9**
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruïta de temporada

19 582 Kcal 23,7 Gr 0,0 AGS 17,4 Prot 68,4 HC
Crema de pastanaga
Trita de patates **3**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural **2**

20 341 Kcal 4,6 Gr 0,0 AGS 10,6 Prot 64,9 HC
Escudella barrejada amb pasta integral **1-8-10-11T-13**
Carn d'olla **2-8-13**
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruïta de temporada

21 502 Kcal 14,6 Gr 0,0 AGS 24,8 Prot 64,7 HC
Bròquil ECO i patata
Wok de gall d'indi saltat amb verdures **13**
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruïta de temporada

22 666 Kcal 18,6Gr 0,0 AGS 37,7 Prot 91,0 HC
Cigrons estofats amb espinacs
Bacallà amb samfaina **1-4-8T-11T-13T**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruïta de temporada

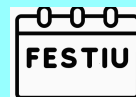
23 688 Kcal 19,4 Gr 0,0 AGS 29,8 Prot 97,7 HC
Arròs amb verdures i tomàquet **13**
Pollastre al forn amb salsa de moniato i patates
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruïta de temporada

26 664 Kcal 25,3 Gr 0,0 AGS 37,4 Prot 67,6 HC
Mongeta tendra, patata i pastanaga
Llom arrebossat **1-2-3-8T-11T-12T**
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruïta de temporada

27 645 Kcal 16,7 Gr 0,0 AGS 38,7 Prot 81,0 HC
Llenties estofades amb verdures
Filet de lluç al forn amb all i julivert **4-13**
Patata fornera
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruïta de temporada

28 943 Kcal 35,2 Gr 0,0 AGS 35,5 Prot 119,0 HC
Arròs amb xampinyons i tomàquet **13**
Ous al forn amb beixamel **1-2-3-8T-11T**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruïta de temporada

29 791 Kcal 16,2Gr 0,0 AGS 44,6 Prot 109,6 HC
Macarrons integrals amb tomàquet i formatge ratllat **1-2-8T-11T**
Salmó al forn **4**
Enciam i blat de moro
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruïta de temporada

30


Alergies (T-Trazas): 1-Gluten 2-Llet i derivats(lactosa) 3-Ou 4-Peix 5-Crustacis 6-Mol·luscs 7-Cacaueu 8-Soja 9-Fruits secs de closca 10-Api 11-Mostassa 12-Sèsam 13-Sulfits 14-Tramussos 101-Llet

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 > 63°C. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < 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

5 492 Kcal 21,8 Gr 0,0 AGS 19,8 Prot 52,1 HC
Mongeta tendra, patata i pastanaga
Salsitxes de porc a la planxa 8T-13
Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

12


19 498 Kcal 22,7 Gr 0,0 AGS 16,6 Prot 50,9 HC
Crema de pastanaga
Truita de patates 3
Enciam i olives negres
logurt de soja 8

26 335 Kcal 11,6 Gr 0,0 AGS 6,0 Prot 49,9 HC
Mongeta tendra, patata i pastanaga
Llom arrebossat(sense al·lèrgens)
Enciam i olives negres
Fruita de temporada

6 374 Kcal 3,3 Gr 0,0 AGS 18,7 Prot 64,4 HC
Amanida variada(sense formatge)
Llenties estofades amb verdures
Fruita de temporada

13 587 Kcal 20,2 Gr 0,0 AGS 21,9 Prot 77,6 HC
Arròs integral amb tomàquet 13
Truita francesa 3
Enciam i pastanaga ratllada
logurt de soja 8

20 559 Kcal 20,0 Gr 0,0 AGS 37,4 Prot 56,1 HC
Escudella barrejada amb pasta integral 1-8-10-11T-13
Llom a la planxa
Enciam i blat de moro
Fruita de temporada

27 594 Kcal 16,4 Gr 0,0 AGS 37,1 Prot 71,0 HC
Llenties estofades amb verdures
Filet de lluç al forn amb all i julivert 4-13
Patata fornera
Fruita de temporada

7 634 Kcal 25,7 Gr 0,0 AGS 18,9 Prot 76,9 HC
Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)
Truita de carbassó i patata 3
Enciam i olives negres
logurt de soja 8

14 581 Kcal 14,7 Gr 0,0 AGS 33,2 Prot 75,5 HC
Cigrons estofats amb verdures
Filet de lluç arrebossat(sense al·lèrgens) 4
Enciam i olives negres
Fruita de temporada

21 452 Kcal 14,3 Gr 0,0 AGS 23,2 Prot 54,7 HC
Bròquil ECO i patata
Wok de gall d'indi saltat amb verdures 13
Fruita de temporada

28 611 Kcal 19,3 Gr 0,0 AGS 21,4 Prot 87,0 HC
Arròs amb xampinyons i tomàquet 13
Ous al forn amb tomàquet 3
Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

1 629 Kcal 18,5Gr 0,0 AGS 34,0 Prot 81,4 HC
Arròs integral amb tomàquet 13
Calamars a la romana sense al·lèrgens 6
Enciam i tomàquet
Fruita de temporada

8 490 Kcal 19,2Gr 0,0 AGS 24,0 Prot 53,9 HC
Crema de verdures
Filet de lluç al forn amb all i julivert 4-13
Patata fornera
Fruita de temporada

15 486 Kcal 14,5Gr 0,0 AGS 26,8 Prot 60,0 HC
Coliflor ECO i patata
Estofat de vedella amb verdures
Fruita de temporada

22 616 Kcal 18,3Gr 0,0 AGS 36,1 Prot 81,0 HC
Cigrons estofats amb espinacs
Bacallà amb samfaina 1-4-8T-11T-13T
Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

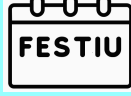
29 757 Kcal 13,2Gr 0,0 AGS 43,2 Prot 109,8 HC
Macarrons integrals amb tomàquet 1-8T-11T
Salmó al forn 4
Enciam i blat de moro
Fruita de temporada

2 530 Kcal 29,1 Gr 0,0 AGS 24,0 Prot 41,3 HC
Crema de carbassó
Hamburguesa de vedella i porc a la planxa 8-13
Enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

9 609 Kcal 13,6 Gr 0,0 AGS 32,7 Prot 86,4 HC
Espaguetis integrals amb salsa de carbassa 1-8T-11T-13
Pollastre al curri amb poma 1T-7T-9T-10T-11T-12T-13
Enciam i tomàquet
Fruita de temporada

16 830 Kcal 24,2 Gr 0,0 AGS 39,7 Prot 113,1 HC
Pasta amb salsa a escollir (a elecció) 1-3T-8T-11T
Caldo d'au amb pasta sense gluten i ou 8T-10
Pollastre al forn
Enciam i llavors de gira-sol 9
Fruita de temporada

23 638 Kcal 19,1 Gr 0,0 AGS 28,2 Prot 87,7 HC
Arròs amb verdures i tomàquet 13
Pollastre al forn amb salsa de moniato i patates
Fruita de temporada

30


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 101-Llet

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

5 554 Kcal/ 22,1 Gr 0,0 AGS 22,0 Prot 64,4 HC

Mongeta tendra i patata

Salsitxes de porc a la planxa 8T-13

Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T
Fruita de temporada**12**
**19** 673 Kcal/ 20,8 Gr 0,0 AGS 30,0 Prot 83,9 HC

Llenties estofades amb verdures

Truita de patates 3

Enciam i olives negres
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T
logurt natural 2**26** 676 Kcal/ 25,3 Gr 0,0 AGS 37,9 Prot 70,0 HC

Mongeta tendra i patata

Llom arrebossat 1-2-3-8T-11T-12T
Enciam i olives negres
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T
Fruita de temporada**6** 600 Kcal/ 18,6 Gr 0,0 AGS 31,9 Prot 74,4 HC

Amanida grega 2

Llenties estofades amb verdures

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T
Fruita de temporada**13** 609 Kcal/ 25,9 Gr 0,0 AGS 26,8 Prot 62,5 HC

Pèsols saltats amb ceba

Truita francesa 3
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T
logurt natural 2**20** 341 Kcal/ 4,6 Gr 0,0 AGS 10,6 Prot 64,9 HCEscudella barrejada amb pasta integral
1-8-10-11T-13
Carn d'olla 2-8-13Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T
Fruita de temporada**27** 645 Kcal/ 16,7 Gr 0,0 AGS 38,7 Prot 81,0 HC

Llenties estofades amb verdures

Filet de lluç al forn amb all i julivert 4-13
Patata fornera
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T
Fruita de temporada**7** 614 Kcal/ 28,1 Gr 0,0 AGS 19,3 Prot 69,9 HC

Verdures al forn 13

Truita de carbassó i patata 3

Enciam i olives negres
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T
logurt natural 2**14** 609 Kcal/ 15,5 Gr 0,0 AGS 35,8 Prot 78,0 HC

Cigrons estofats amb verdures

Filet de lluç arrebossat 1-2-3-4-8T-11T-12T
Enciam i olives negres
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T
Fruita de temporada**21** 502 Kcal/ 14,6 Gr 0,0 AGS 24,8 Prot 64,7 HC

Bròquil ECO i patata

Wok de gall d'indi saltat amb verdures
13Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T
Fruita de temporada**28** 828 Kcal/ 34,3 Gr 0,0 AGS 34,1 Prot 94,5 HC

Moniato amb carbassa

Ous al forn amb beixamel 1-2-3-8T-11T
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T
Fruita de temporada**1** 589 Kcal/ 18,2Gr 0,0 AGS 36,5 Prot 66,0 HCCarxofes amb patata
Calamars a la romana(fets a cuina)
1-6-8T-11TEnciam i tomàquet
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T
Fruita de temporada**8** 540 Kcal/ 19,5Gr 0,0 AGS 25,6 Prot 63,9 HC

Crema de verdures

Filet de lluç al forn amb all i julivert 4-13

Patata fornera
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T
Fruita de temporada**15** 534 Kcal/ 15,2Gr 0,0 AGS 26,0 Prot 72,8 HC

Moniato amb carbassa

Estofat de vedella amb verdures

Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T
Fruita de temporada**22** 666 Kcal/ 18,6Gr 0,0 AGS 37,7 Prot 91,0 HC

Cigrons estofats amb espinacs

Bacallà amb samfaina 1-4-8T-11T-13T

Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T
Fruita de temporada**29** 791 Kcal/ 16,2Gr 0,0 AGS 44,6 Prot 109,6 HCMacarrons integrals amb tomàquet i
formatge ratllat 1-2-8T-11T
Salmó al forn 4
Enciam i blat de moro
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T
Fruita de temporada**2** 580 Kcal/ 29,4 Gr 0,0 AGS 25,6 Prot 51,3 HCCrema de carbassó
Hamburguesa de vedella i porc a la
planxa 8-13
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T
Fruita de temporada**9** 659 Kcal/ 13,8 Gr 0,0 AGS 34,3 Prot 96,4 HCEspaguetis integrals amb salsa de
carbassa 1-8T-11T-13
Pollastre al curri amb poma
1T-7T-9T-10T-11T-12T-13
Enciam i tomàquet
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T
Fruita de temporada**16** 876 Kcal/ 24,5 Gr 0,0 AGS 42,7 Prot 120,4 HCPasta amb salsa a escollir (a elecció)
1-3T-8T-11TCaldo d'au amb pasta(a escollir)
1-3T-8T-10-11TPollastre al forn
Enciam i llavors de gira-sol 9
Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T
Fruita de temporada**23** 717 Kcal/ 19,5 Gr 0,0 AGS 30,2 Prot 103,8 HC

Arròs amb verdures i tomàquet 13

Pollastre al forn amb salsa de moniato i
patatesPa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T
Fruita de temporada**30**

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 101-Llet

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

5 478 Kcal 13,4 Gr 0,0 AGS 24,9 Prot 62,3 HC

Mongeta tendra, patata i pastanaga

Salsitxes de pollastre a la planxa **8T-13**

Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

12



19 582 Kcal 23,7 Gr 0,0 AGS 17,4 Prot 68,4 HC

Crema de pastanaga

Truita de patates **3**

Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural **2**

26 560 Kcal 17,5 Gr 0,0 AGS 17,4 Prot 81,2 HC

Mongeta tendra, patata i pastanaga

Truita francesa **3**

Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

6 600 Kcal 18,6 Gr 0,0 AGS 31,9 Prot 74,4 HC

Amanida grega **2**

Llenties estofades amb verdures

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

13 671 Kcal 21,2 Gr 0,0 AGS 22,8 Prot 95,1 HC

Arròs integral amb tomàquet **13**

Truita francesa **3**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural **2**

20 525 Kcal 20,7 Gr 0,0 AGS 21,9 Prot 62,0 HC

Sopa de verdures amb pasta integral **1-8T-11T**

Botifarra de pollastre **8T-13**

Enciam i blat de moro
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

27 646 Kcal 14,6 Gr 0,0 AGS 44,3 Prot 79,9 HC

Llenties estofades amb verdures

Pit de pollastre a la planxa

Patata fornera
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

7 718 Kcal 26,7 Gr 0,0 AGS 19,8 Prot 94,4 HC

Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)

Truita de carbassó i patata **3**

Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
logurt natural **2**

14 579 Kcal 16,1 Gr 0,0 AGS 36,6 Prot 69,3 HC

Cigrons estofats amb verdures

Gall d'indi a la planxa
Enciam i olives negres
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

21 502 Kcal 14,6 Gr 0,0 AGS 24,8 Prot 64,7 HC

Bròquil ECO i patata

Wok de gall d'indi saltat amb verdures **13**

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

28 943 Kcal 35,2 Gr 0,0 AGS 35,5 Prot 119,0 HC

Arròs amb xampinyons i tomàquet **13**

Ous al forn amb beixamel **1-2-3-8T-11T**

Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

1 608 Kcal 16,9Gr 0,0 AGS 30,8 Prot 83,5 HC

Arròs integral amb tomàquet **13**
Gall d'indi a la planxa

Enciam i tomàquet
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

8 556 Kcal 21,0Gr 0,0 AGS 28,1 Prot 62,8 HC

Crema de verdures

Gall d'indi a la planxa

Patata fornera
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

15 550 Kcal 18,9Gr 0,0 AGS 23,4 Prot 68,7 HC

Coliflor ECO i patata

Ous amb verdures **3**

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

22 680 Kcal 17,6Gr 0,0 AGS 26,0 Prot 100,4 HC

Cigrons estofats amb espinacs

Truita francesa **3**

Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

29 802 Kcal 22,8Gr 0,0 AGS 37,8 Prot 112,8 HC

Macarrons integrals amb tomàquet i formatge ratllat **1-2-8T-11T**
Gall d'indi amb curri **1T-7T-9T-10T-11T-12T-13T**
Enciam i blat de moro
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

2 710 Kcal 15,5 Gr 0,0 AGS 28,5 Prot 113,9 HC

Crema de carbassó
Hamburguesa de llenties i menta **1-2T-3T-4T-5T-6T-8T-13T**
Enciam i pastanaga ratllada
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

9 659 Kcal 13,8 Gr 0,0 AGS 34,3 Prot 96,4 HC

Espaguetis integrals amb salsa de carbassa **1-8T-11T-13**
Pollastre al curri amb poma **1T-7T-9T-10T-11T-12T-13**
Enciam i tomàquet
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

16 855 Kcal 24,3 Gr 0,0 AGS 41,4 Prot 116,3 HC

Pasta amb salsa a escollir (a elecció) **1-3T-8T-11T**
Sopa de verdures amb pasta(a escollir) **1-3T-8T-11T**
Pollastre al forn
Enciam i llavors de gira-sol **9**
Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

23 688 Kcal 19,4 Gr 0,0 AGS 29,8 Prot 97,7 HC

Arròs amb verdures i tomàquet **13**

Pollastre al forn amb salsa de moniato i patates

Pa integral **1-2T-3T-9T-11T-12T**
Fruita de temporada

30



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 101-Llet

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.