

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

2 619 Kcal 11,9 Gr 1,8 AGS 28,0 Prot 95,8 HC Llenties estofades amb verdures 27 Truita francesa 3 Enciam i pastanaga ratllada 55 Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada 19	3 772 Kcal 19,9 Gr 2,1 AGS 46,8 Prot 88,8 HC Arròs amb tomàquet Salmó al forn amb salsa de pesto -2-3-4-7T-9 Enciam i olives negres 55 Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T logurt natural 18-2	4 696 Kcal 26,4 Gr 3,9 AGS 19,6 Prot 92,3 HC Crema de pastanaga 27 Varetes de lluç 87-1-4-8T-11T Enciam i tomàquet 55 Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada 19	5 560 Kcal 10,6Gr 1,7 AGS 29,7 Prot 81,5 HC Bròquil i patata 37 Gall d'indi estofat amb verdures 17 Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada 19	6 881 Kcal 22,1 Gr 5,3 AGS 43,6 Prot 124,4 HC Espirals amb tomàquet 26-1-3T-8T-11T Formatge ratllat 18-2 Pit de pollastre a la planxa amb salsa Enciam i llavors de carbassa 55-9 Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada 19
9 523 Kcal 15,2 Gr 2,1 AGS 12,0 Prot 80,5 HC Crema de verdures 99 Truita de patates 64-3 Enciam i llavors de gira-sol 55-9 Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada 19	10 990 Kcal 24,5 Gr 4,8 AGS 35,7 Prot 139,3 HC Pasta integral amb pesto -1-2-3-7T-8T-9-11T Filet de lluç amb patates i ceba cruixent 99-1-4 Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada 19	11 782 Kcal 27,9 Gr 1,5 AGS 32,2 Prot 97,9 HC Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) -8 Rodó de vedella al forn amb xampinyons Enciam i olives negres(opcional) 55 Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada 19	12 681 Kcal 17,2Gr 4,4 AGS 40,4 Prot 85,4 HC Cigrons ECO estofats amb espinacs Pollastre amb salsa de taronja 21 Enciam i pastanaga ratllada 55 Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada 19	13 603 Kcal 21,8 Gr 2,1 AGS 34,5 Prot 69,6 HC Mongeta tendra, patata i pastanaga 52 Bacallà amb samfaina 26-1-4-8T-11T-13T Enciam i blat de moro 55 Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T logurt natural 18-2
16 851 Kcal 30,6 Gr 4,3 AGS 25,3 Prot 111,1 HC Llenties estofades amb verdures 27 Croquetes de espinacs 17-1-2T-3T-4T-5T-6T-7T-8T-9-10T-11T-12T-14T Enciam i llavors de gira-sol 55-9 Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada 19	17 1.043 Kcal 34,3 Gr 14,3 AGS 45,7 Prot 137,2 HC Macarrons integrals amb tomàquet -1-3T-8T-11T Formatge ratllat 18-2 Hamburguesa de vedella a la planxa 17-13 Enciam i pastanaga ratllada 55 Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada 19	18 596 Kcal 14,1 Gr 2,0 AGS 42,8 Prot 63,6 HC Crema de carbassa i mongeta seca 64-13 Salmó al forn amb salsa de pesto -2-3-4-7T-9 Enciam i tomàquet 55 Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada 19	19 557 Kcal 10,6Gr 1,1 AGS 28,8 Prot 82,2 HC Coliflor i patata Gall d'indi estofat amb verdures 17 Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada 19	20 699 Kcal 20,7 Gr 2,5 AGS 20,4 Prot 103,9 HC Arròs amb tomàquet Truita francesa 3 Enciam i olives negres 55 Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T logurt natural 18-2
23 627 Kcal 23,2 Gr 1,7 AGS 23,4 Prot 76,0 HC Crema de carbassó 38 Ous al forn amb patates i tomàquet 26-3 Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada 19	24 659 Kcal 15,9 Gr 2,4 AGS 21,1 Prot 106,5 HC Arròs amb verdures i tomàquet 27 Filet de lluç arrebossat T-1-4-8T-11T-12T Enciam i llavors de carbassa 55-9 Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada 19	25 557 Kcal 18,3 Gr 3,7 AGS 38,6 Prot 57,3 HC Sopa de peix amb pasta -1-2-3T-4-5-6T-8T-10-11T Pollastre al forn 21 Enciam i pastanaga ratllada 55 Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T logurt natural 18-2	26 551 Kcal 16,7Gr 2,9 AGS 26,0 Prot 71,1 HC Trinxat de col amb patata 50 Botifarra de pollastre 21-1T-2T-8-13 Enciam i blat de moro 55 Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada 19	27 797 Kcal 21,6 Gr 3,8 AGS 35,6 Prot 104,6 HC Mongetes seques ECO estofades 27 Broqueta de pollastre amb patates 21-1T-10T-11T-12T-13T Pa integral 18T-1-2T-3T-8T-11T-12T Fruita de temporada 19