

**Dilluns**

**1** Trinxat de bròquil i patata  
Llenties estofades amb verdures i carn magra  
Fruita variada i Pa Integral

Kcal: 811 Lip: 20,36 Prot: 33,82 HC: 116,41

**Dimarts**

**2** Crema de carabassa, ceba i patata  
Macarrons integrals a la bolonyesa de vedella amb formatge ratllat  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita variada i Pa Integral

Kcal: 809 Lip: 28,48 Prot: 23,76 HC: 111,90

**Dimecres**

**3** Sopa de brou (nap, xirivia) amb pistons  
Lluç amb picada d'allet i salsa tàrtara casolana  
Patata dau  
Fruita variada i Pa Integral

Kcal: 652 Lip: 21,59 Prot: 27,28 HC: 85,06

**Dijous**

**4** Arròs 3 delícies casolà  
Truita de carabassó i ceba casolana  
Amanida d'enciam i tomàquet  
Iogurt i Pa Integral

Kcal: 624 Lip: 19,54 Prot: 17,84 HC: 94,07

**Divendres**

**5** Cigrons a la jardineria (tomàquet, pebrot, pastanaga)  
Pollastre al forn amb crosta de mel  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa Integral

Kcal: 747 Lip: 24,75 Prot: 35,14 HC: 82,45

**8** Coliflor cruixent al forn amb patata  
Canelons  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa Integral

Kcal: 812 Lip: 26,23 Prot: 29,70 HC: 111,88

**9** Sopa d'au (nap, xirivia) amb pasta fina  
Lluç al forn amb salsa de mel i mostassa amb llit de patata panadera  
Fruita variada i Pa Integral

Kcal: 612 Lip: 16,39 Prot: 26,72 HC: 87,16

**10** Arròs napolitana (tomàquet)  
Pernillets de pollastre amb cítrics  
Amanida d'enciam i olives  
Iogurt i Pa Integral

Kcal: 767 Lip: 32,67 Prot: 30,76 HC: 87,27

**11** Macarrons integrals amb sofregit de tomàquet i orenga  
Truita de tonyina casolana  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita variada i Pa Integral

Kcal: 684 Lip: 26,35 Prot: 27,70 HC: 80,71

**12** Verdura tricolor (bledes, pastanaga i patata)  
Mongetes blanques amb botifarra esparracada  
Fruita variada i Pa Integral

Kcal: 679 Lip: 19,11 Prot: 23,58 HC: 98,55

**15** Arròs a la camperola (pèsols, ceba, pastanaga)  
Truita de carabassó i ceba casolana  
Amanida d'enciam i sèsam  
Fruita variada i Pa Integral

Kcal: 656 Lip: 20,55 Prot: 16,62 HC: 101,45

**16** Llenties estofades amb verdures (tomàquet, pastanaga, pebrots)  
Croquetes de pernil  
Amanida d'enciam i remolatxa  
Fruita variada i Pa Integral

Kcal: 770 Lip: 27,59 Prot: 25,65 HC: 103,06

**17** Vichyssoise (porro, patata, nata)  
Rap a la marinera (ceba, pèsols i tomàquet)  
Patata dau  
Fruita variada i Pa Integral

Kcal: 688 Lip: 22,18 Prot: 28,38 HC: 90,64

**18** MENÚ FI DE CURS  
Patates xips i olives  
Macarrons amb sofregit de tomàquet i orenga  
Pollastre arrebossat casolà amb amanida  
Gelats i Pa Integral

Kcal: 741 Lip: 31,97 Prot: 25,71 HC: 83,35

**19** Buit de mongeta verda, patata i pastanaga  
Mandonguilles de vedella amb pèsols i bolets  
Fruita variada i Pa Integral

Kcal: 971 Lip: 45,42 Prot: 37,52 HC: 101,87

DIA ESPECIAL



FRUITA VARIADA i de TEMPORADA