

































| 1 | DILLUNS | 2 | DIMARTS | 3 | DIMECRES | 4 | DIJOUS | 5 | DIVENDRES |
|----------|---------|---|---------|---|----------|---|--------|---|-----------|
| Vacances | | | | | | | | | |

| 8 | DILLUNS | 9 | DIMARTS | 10 | DIMECRES | 11 | DIJOUS | 12 | DIVENDRES | | |
|--|----------------------------|-----------------|---|--------------------------------|-----------|---|---|-----------------|---|------------------------------------|------------|
|  | Amanida variada | kCal 662 |  | Enciam, tomaca i brots de soja | kCal 543 |  | Enciam, tomaca i carlota | kCal 772.5 |  | Amanida variada | kCal 445.4 |
|  | Pasta amb tomaca i tonyina | CH 103.4 |  | Llentilles amb verdures ECO | CH 57.7 |  | Montadito de tonyina amb tomaca natural | CH 129.2 |  | Crema de bròcoli | CH 45.3 |
|  | Montadito de formatge | Prot 42.5 |  | Bacallà al forn amb all i oli | Prot 43.7 |  | Fideuà | Prot 43.3 |  | Mandonguilles veganes amb verdures | Prot 18.9 |
|  | Pa i fruita | Lip 9.2 |  | Pa integral i fruita | Lip 14.3 |  | Pa integral i fruita | Lip 9.7 |  | Pa i suc de taronja natural | Lip 20.4 |
| Sopar recomanat | | Sopar recomanat | | Sopar recomanat | | Sopar recomanat | | Sopar recomanat | | Sopar recomanat | |

| 15 | DILLUNS | 16 | DIMARTS | 17 | DIMECRES | 18 | DIJOUS | 19 | DIVENDRES | | |
|--|--------------------------------------|-----------------|---|-------------------------------|------------|---|------------------------------|-----------------|---|-----------------------|------------|
|  | Amanida variada | kCal 662.9 |  | Enciam, tomaca i ceba | kCal 558.2 |  | Enciam, carlota i dacsà | kCal 746.9 |  | Amanida variada | kCal 379.7 |
|  | Macarrons a la carbonara vegetal ECO | CH 92.1 |  | Olleta de cigrons | CH 170.8 |  | Arròs amb bolets i carxofa | CH 77.7 |  | Creilles amb verdures | CH 32.8 |
|  | Rap al all i pebre | Prot 31.6 |  | Truita de verat amb formatge | Prot 31.2 |  | Peix de llotja de proximitat | Prot 38.8 |  | Regirat de xampinyons | Prot 29 |
|  | Pa i fruita | Lip 18.2 |  | Pa integral i lacti artesanal | Lip 15.9 |  | Pa integral i fruita | Lip 31.8 |  | Pa i fruita | Lip 15.4 |
| Sopar recomanat | | Sopar recomanat | | Sopar recomanat | | Sopar recomanat | | Sopar recomanat | | Sopar recomanat | |

| 22 | DILLUNS | |
|-----------------|-------------------------------|------------|
| | Amanida variada | kCal 614.4 |
| | Llenties amb carabassa ECO | CH 67.7 |
| | Lluç a l'americana | Prot 47 |
| | Pa i fruita | Lip 13.9 |
| Sopar recomanat | | |

| 23 | DIMARTS | |
|-----------------|--------------------------------------|------------|
| | Enciam, tomaca i olives | kCal 376.8 |
| | Sopa de peix amb fideus integrals | CH 53.2 |
| | Burguer de verdures amb pèsols | Prot 58.1 |
| | Pa integral i lacti | Lip 57.9 |
| Sopar recomanat | | |

| 24 | DIMECRES | |
|-----------------|-----------------------------------|------------|
| | Enciam, tomaca i espàrrecs | kCal 493.2 |
| | Crema de llegums i verdures | CH 49.3 |
| | Truïta de creïlla amb formatge | Prot 32.9 |
| | Pa i fruita | Lip 18.8 |
| Sopar recomanat | | |

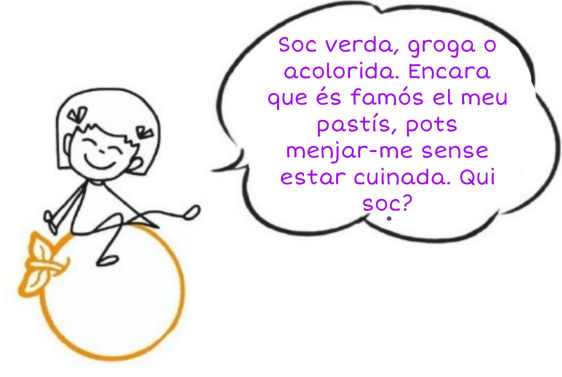
| 25 | DIJOUS | |
|-----------------|--|------------|
| | Enciam, tomaca i carlota | kCal 774.1 |
| | Montadito de tonyina amb tomaca natural | CH 132.1 |
| | Arròs melós mariner | Prot 41.5 |
| | Pa integral i fruita | Lip 9.6 |
| Sopar recomanat | | |



| 29 | DILLUNS | |
|-----------------|------------------------------------|------------|
| | Amanida variada | kCal 560.1 |
| | Sopa amb verdures | CH 44.4 |
| | Hamburguesa vegana amb samfaina | Prot 34.9 |
| | Pa i fruita | Lip 27.7 |
| Sopar recomanat | | |

| 30 | DIMARTS | |
|-----------------|----------------------------------|------------|
| | Enciam, tomaca i dacsà | kCal 706.6 |
| | Espaguetis amb salsa funghi | CH 188.5 |
| | Abadejo gratinat | Prot 33.1 |
| | Pa integral i lacti artesanal | Lip 22.2 |
| Sopar recomanat | | |

| 31 | DIMECRES | |
|-----------------|--|------------|
| | Enciam, tomaca i cogombre | kCal 556.6 |
| | Arròs integral amb salsa de tomaca casolana | CH 74 |
| | Tortilla de porros i formatge | Prot 32 |
| | Pa i fruita | Lip 15.4 |
| Sopar recomanat | | |



Menús valorats i avalats nutricionalment per Sheila Llop Trenco. (Dietista - Nutricionista COL N° CV00038)

En compliment de l'reglament 1169/2011, l'empresa té a la seva disposició els al·lèrgens que contenen aquests menús. Podran sol·licitar-ho a: calidad@sercole.com