

3	DILLUNS	Amanida variada kCal 376 Quereguilles amb verdures i guinoa CH 20.6 Peix blanc torrat Prot 44.5 Pà i fruita Lip 13.5 Sopar recomanat .	4	DIMARTS	Buffet d'amanida kCal 597.5 Pasta a la carbonara vegetal CH 53.4 Truita de tonyina Prot 55.3 Pà i fruita Lip 18.7 Sopar recomanat .	5	DIMECRES	*** kCal 555 Amanida completa CH 55.8 Arroç caldos amb costella, cigrons i bledes eso Prot 38.5 Pà i fruita Lip 20.4 Sopar recomanat .	6	DIJOUS	Enciam, tomaca i cogombre kCal 340.2 Crema de carlota CH 20.9 Hamburguesa al forn amb samfaina casolana Prot 37.3 Iogurt i Pà Lip 11.9 Sopar recomanat .	7	DIVENDRES	Amanida variada kCal 487.1 Ou cuit amb titot CH 54.6 Fideuà de setes amb verdures Prot 42.8 Pà i fruita Lip 11.4 Sopar recomanat .
---	---------	--	---	---------	---	---	----------	--	---	--------	--	---	-----------	--

10	DILLUNS	Amanida variada kCal 432.9 Bullit València CH 33.2 Pollastre al forn amb poma Prot 45 Pà i fruita Lip 13.3 Sopar recomanat .	11	DIMARTS	Buffet d'amanida kCal 766.3 Olleta del maestrat CH 54.6 Lluç al all i pebre Prot 65 Pà i fruita Lip 32.7 Sopar recomanat .	12	DIMECRES	Enciam, tomaca i brots de soja kCal 555.9 Pasta gratinada CH 52.2 Truita de pernil york Prot 47.1 Pà i fruita Lip 16.4 Sopar recomanat .	13	DIJOUS	DEGUSTACIÓ DE PAELLA	14	DIVENDRES	MACRODINAR DE PA I PORTA
----	---------	--	----	---------	--	----	----------	--	----	--------	---	----	-----------	---

17	DILLUNS	Festiu
18	DIMARTS	Festiu
19	DIMECRES	Festiu
20	DIJOUS	Festiu
21	DIVENDRES	Amanida variada kCal 473.3 Titot i formatge CH 57.3 Arroç integral amb salsa de tomaca casolana Prot 41.3 Pà i fruita Lip 9.5 Sopar recomanat .

24	DILLUNS	
	Amanida variada	kCal 564.2
	Pasta amb salsa de tomaca	CH 62.9
	Abadejo al forn amb verdures	Prot 52
	Pà i fruita	Lip 12.2
Sopar recomanat		
.		

25	DIMARTS	
	***	kCal 559.7
	Amanida completa	CH 63.1
	Arròs al forn	Prot 40.9
	Pà i fruita	Lip 16.5
Sopar recomanat		
.		

26	DIMECRES	
	Enciam, tomaca i brots de soja	kCal 358.4
	Sopa de peix amb fideus	CH 29.2
	Truita de creïlles amb ceba	Prot 27.8
	Iogurt artesanal i Pà	Lip 16.8
Sopar recomanat		
.		

27	DIJOUS	
	Enciam, tomaca i olives	kCal 807.6
	Potatge de cigrons amb verdures	CH 84.66
	Pollastre amb verdures	Prot 64.29
	Pà i fruita	Lip 16.84
Sopar recomanat		
.		



31	DILLUNS	
	Amanida variada	kCal 468.9
	Sopa de menuts	CH 26.6
	Llonganisses amb salsa de tomaca casolana	Prot 41.3
	Pà i fruita	Lip 22.7
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