

3	DILLUNS	
	Amanida variada	kCal 622
	Lentejas con verduras y quinoa	CH 75.05
	Peix blanc arrebossat casolà	Prot 45.82
	Pa i fruita	Lip 14.2
Sopar recomanat		
.		

4	DIMARTS	
	Buffet d'amanida	kCal 595.4
	Tallarins a la carbonara vegetal	CH 64.6
	Truita de tonyina	Prot 43.5
	Pa integral i fruita	Lip 18.7
Sopar recomanat		
.		

5	DIMECRES	
	***	kCal 555
	Amanida completa	CH 67.8
	Arros caldos amb cigrons y bledes eco	Prot 26.5
	Pa i fruita	Lip 20.4
Sopar recomanat		
.		

6	DIJOUS	
	Enciam, tomaca i cogombre	kCal 383.7
	Crema de carlota	CH 35.5
	Hamburguesa vegana amb samfaina	Prot 17.7
	Iogurt i Pa integral	Lip 19
Sopar recomanat		
.		

7	DIVENDRES	
	Amanida variada	kCal 593.2
	Ou cuit i formatge	CH 64.6
	Fideuà de bolets i verdures	Prot 36.8
	Pa i fruita	Lip 21.5
Sopar recomanat		
.		

10	DILLUNS	
	Enciam, tomaca i brots de soja	kCal 390.7
	Bullit València	CH 48.5
	Mandonguilles de bacallà	Prot 24
	Pa i fruita	Lip 9.55
Sopar recomanat		
.		

11	DIMARTS	
	Buffet d'amanida	kCal 636.9
	Olleta de verdures amb llegums	CH 71.3
	LLuç al all i pebre	Prot 47.2
	Pa integral i fruita	Lip 18.7
Sopar recomanat		
.		

12	DIMECRES	
	Amanida variada	kCal 594.5
	Pasta gratinada ECO	CH 64.1
	Truita francesa amb formatge	Prot 37.6
	Pa i fruita	Lip 21.4
Sopar recomanat		
.		



17	DILLUNS	
Festiu		

18	DIMARTS	
Festiu		

19	DIMECRES	
Festiu		

20	DIJOUS	
Festiu		

21	DIVENDRES	
	Amanida variada	kCal 473.3
	Títot i formatge	CH 69.3
	Arròs integral amb salsa de tomaca casolana	Prot 29.3
	Pa i fruita	Lip 9.5
Sopar recomanat		
.		

24	DILLUNS	
	Amanida variada	kCal 675.9
	Espaguetis a la boloñesa vegetal	CH 79.1
	Abadejo al forn amb verdures	Prot 51
	Pa i fruita	Lip 17.8
Sopar recomanat		
25	DIMARTS	
	***	kCal 557.6
	Amanida completa	CH 74.3
	Arròs al forn (sense carn)	Prot 29.1
	Pa integral i fruita	Lip 16.5
Sopar recomanat		
26	DIMECRES	
	Enciam, tomaca i brots de soja	kCal 358.4
	Sopa de pescado con fideos ECO	CH 41.2
	Truita de creïlles amb ceba	Prot 15.8
	Iogurt artesanal i Pa	Lip 16.8
Sopar recomanat		
27	DIJOUS	
	Enciam, tomaca i olives	kCal 597.5
	Potatge de cigrons amb verdures	CH 64.5
	Ventresca de lluç a l'andalusa	Prot 45.7
	Pa integral i fruita	Lip 16.5
Sopar recomanat		
28	DIVENDRES	



31	DILLUNS	
	Amanida variada	kCal 549.5
	Sopa amb verdures	CH 41.3
	Ou a la planxa amb samfaina casolana	Prot 34.9
	Pa i fruita	Lip 27.9
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