

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				1 Festiu
4 Ensalada d'encisam, carlota i pinya Llenties amb carabasseta i carlota Truita francesa amb daus de moniato Fruita de temporada Pa blanc Kcal. 909 h.c. 87,5 lip. 45,3 p. 33,7 Creïlla al forn - Lluç a la taronja - Fruita	5 Ensalada completa amb formatge fresc, tonyina i cruixent de ceba Arròs a banda Iogurt de sabors Pabanc Kcal. 826 h.c. 113,3 lip. 31,8 p. 22,7 Espàrrecs saltats - Pollastre al forn amb moniato - Fruita	6 Ensalada amb encisam, llombarda i pipes en salsa de iogurt Potatge de cigrons Llonganisses amb saltat mediterrani Fruita de temporada Pa integral Kcal. 964 h.c. 90,8 lip. 50,3 p. 32,5 Ensalada amb tonyina - Fajita de soja texturada i verdura - Fruita	7 Ensalada d'encisam, tomaca i picada de variants Espirals integrals napolitana Abadejo Orly Crudités Fruita de temporada Pa blanc Kcal. 848 h.c. 97,2 lip. 32,0 p. 39,5 Ensalada de quinoa - Regirat formatge i xampinyó - Fruita	8 Ensalada mesclum amb tomaca i cigró cruixent a la vinagreta de llima Crema de carlota ecològica Estofat de titot a la jardineria amb daus de creïlla Fruita de temporada Pa blanc Kcal. 813 h.c. 69,8 lip. 40,4 p. 39,9 Ensalada de pasta - Pollastre contracuixa amb pimentó roig i ceba - Fruita
11 Ensalada mezclum, brots i olives Sopa d'arròs amb caldo casolà Flamenquines Humus Fruita de temporada Pa blanc Kcal. 906 h.c. 83,8 lip. 48,1 p. 33,3 Ensalada de pasta - Tonyina rostida en salsa de tomaca - Fruita	12 Ensalada amb iceberg, carlota i cogombrets Crema castellana (puré de cigrons amb creïlla espinac, carlota, tomaca i ceba) Magre de pernil en salsa Fruita de temporada Pa blanc Kcal. 649 h.c. 74,7 lip. 21,2 p. 35,9 Moniato al forn - Titot amb allada - Fruita	13 Ensalada amb iceberg, alvocat, llombarda i olives negres Macarrons integrals amb salsa de formatge Lluç en salsa verda Fruita de temporada Pa integral Kcal. 808 h.c. 89,4 lip. 30,7 p. 41,5 Ensalada de formatge i fruita seca - Falàfel amb salsa de iogurt - Fruita	14 Ensalada d'espinacs, poma i remolatxa Olleta alacantina Regirat d'ou amb tomaca amanida Fruita ecològica Pa blanc Kcal. 659 h.c. 71,3 lip. 29,7 p. 23,1 Creïlla i carabassa bullida - Llenguado en salsa de tomaca - Fruita	15 Ensalada al fresc Terra càlida Ales free Gelat Pa blanc Kcal. 539 h.c. 48,9 lip. 27,3 p. 24,5 Crema de verdures - Truita de formatge - Fruita
18 Ensalada d'encisam, carlota i col Llenties amb verdures eco Truita amb tonyina Fruita de temporada Pa blanc Kcal. 745 h.c. 72,1 lip. 32,6 p. 38,4 Moniato rostit - Titot amb herbes, ceba i all - Fruita	19 Ensalada amb encisam, alvocat, i dacsà Paella Formatge fresc amb oli d'alfabega Fruita de temporada Pa blanc Kcal. 754 h.c. 100,0 lip. 30,8 p. 20,9 Ensalada de creïlla - Truita amb bolets - Fruita	20 Ensalada d'encisam, carlota i pinya Cigrons amb espinacs Escòrpora en tempura casolana amb saltat de bladers, gambes i alls tendres Iogurt natural amb mango triturat Pa integral Kcal. 792 h.c. 78,6 lip. 31,9 p. 40,0 Estofat de pollastre en salsa amb arròs - Fruita	21 Ensalada de canonges, tomaca i dacsà Bullit (creïlla, carlota i fesols tendres) Pernil rostit amb pimentó Fruita de temporada Pa blanc Kcal. 562 h.c. 57,3 lip. 23,1 p. 29,7 Hummus de cigrons i remolatxa - Hamburguesa vegetal - Fruita	22 Ensalada pollastre amb salsa iogurt Lasanya casolana de bolonyesa vegetal amb verdures ECO Fruita de temporada Pa blanc Kcal. 897 h.c. 109,8 lip. 30,7 p. 41,2 Fesols tendres estofats - Salmó - Fruita
25 Ensalada amb encisam, taronja i dacsà Puré de carabasseta i carlota amb herbasana Mandonguilles de boví i porc al curri Fruita de temporada Pa blanc Kcal. 716 h.c. 73,2 lip. 37,4 p. 17,2 Ensalada russa - Albergínia amb tonyina gratinada - Fruita	26 Ensalada de canonges, tomaca i dacsà Fesols saltats amb verdures Pizza veggie casolana Fruita de temporada Pa blanc Kcal. 730 h.c. 107,4 lip. 18,2 p. 29,8 Ensalada d'arròs - Truita de ceba - Fruita	27 Ensalada mezclum, brots i olives Guisat mariner Contracuixa al chilindrón amb albergínia ofegada Fruita de temporada Pa integral Kcal. 888 h.c. 55,2 lip. 45,4 p. 64,4 Ensalada de llenties - Pannini de verdures - Fruita	28 Ensalada amb remolatxa i col copada Llenties ecològiques estofades amb verdures Papillota de salmó amb verdures eco Fruita de temporada Pa blanc Kcal. 765 h.c. 87,3 lip. 28,1 p. 36,7 Bastons de moniato - Pollastre Alfredo amb Espinacs - Fruita	29 Ensalada amb iceberg, carlota i cogombrets Arròs amb tomaca Truita amb formatget Iogurt artesà Pa blanc Kcal. 899 h.c. 122,8 lip. 32,9 p. 27,4 Ensalada de quinoa - Porc agredolç amb mel - Fruita



■ Festiu ■ 100% Vegetal
■ Dia especial ■ Recomanacions de sopars

menuo.ausolan.com