

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			<b>1</b>	<b>2</b>
			Encisam, tomaca i lombarda. 1º Sopa de verdures amb fideus. 2º Llonganisses blanques al forn amb bajoquetes saltejades. Fruita. 863 35 40 87	1º Guisat de peix amb creïlles, ceba, tomaca i carxofa. 2º Truita de pernil dolç amb amanida de tomaca i dacsca. Fruita. 788 46 30 79
<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>
Encisam, tomaca i olives. 1º Llentilles estofades amb ceba, carlota, nap, col i penques eco. 2º Pollastre al all amb carlotetes. Fruita. 876 65 40 68	1º Spaguettis amb salsa de tomaca, verdures i formatge. 2º Truita de ceba, carabassí i carlota amb amanida d'encisam i avocat. Fruita. 854 32 42 107	Encisam, tomaca i ou dur. 1º Sopa de verdures amb quinoa. 2º Peix arrebossat amb farina de cigrons i carabassí a la planxa. Fruita. 824 35 40 85	Encisam, tomaca i carlota. 1º Crema de floricol amb roses. 2º Marinera de lluç amb creïlles, ceba, all i joliver. Fruita. 815 30 37 93	1º Paella de verdures amb bròcoli, carabassí, carxofa i alls tendres. 2º Nuggets de pollastre al forn amb amanida d'encisams i poma. Batut de iogurt i fruita. 875 31 28 107
<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>
1º Sopa de putxero amb pluja. 2º Putxero complet ( cigrons, nap, carlota, creïlla, pollastre , pilota, col i penques eco ). Fruita 857 37 22 121	Encisam, tomaca i lombarda. 1º Crema de xampinyons i porro. 2º Paninni amb salsa de tomaca casolana, pernil dolç i formatge. Fruita. 675 24 30 73	1º Macarrons eco amb carabassa torrada, ceba, tomaca i orenga. 2º Peix al forn amb llima i amanida d'encisam, pera i anous. Fruita. 802 38 34 81	1º Arròs amb fesols, nap, carlota, bledes i penques eco. 2º Calamars a la romana amb amanida d'encisam i tomaca. Fruita. 778 40 30 92	Encisam i tomaca. 1º Llentilles guisades amb verdura. 2º Truita de creïlles i ceba amb amanida d'encisam i tomaca. Lacti. 903 54 32 74
<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>
1º Arròs al forn amb carabassa ecològica, cigrons, carlota i bolets. 2º Amanida d'encisam, tomaca, formatge fresc i olives. Fruita. 878 33 34 113	1º Taurons eco amb salsa de tomaca casolana i tonyina. 2º Truita francesa amb amanida d'encisam, tomaca i avocat eco. Fruita. 822 44 25 107	Encisam, tomaca i panses. 1º Crema de pèsols, porro, ceba, carlota i avena. 2º Llomello al forn amb verdures. Fruita. 718 32 29 96	Encisam, tomaca i carlota. 1º Cigrons eco al curry amb naxos. 2º Hamburguesa de pollastre amb carabassí i basínia a la planxa. Fruita. 876 65 45 68	1º Gratinat de creïlles i verdures amb ou i formatge. 2º Lluç a la planxa amb picaeta d'all Joliver i amanida de tomaca. Fruita. 643 22 35 96
<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	
Encisam, poma i lombarda. 1º Tallarins amb bacon, ceba, col, carlota, carabassí, pebrera i soia. 2º Peix al forn amb taronja. Fruita. 783 42 33 73	1º Arròs farcit amb carn picada, ceba, tomaca i ou dur. 2º Companatge variat i formatge amb amanida d'encisam. Fruita. 859 55 30 98	1º Potatge de fesols amb napicol, carlota, ceba i carabassa. 2º Truita amb creïlles, ceba, carxofa i amanida de tomaca. Fruita. 806 37 40 78	Encisam, dacsca i avocat. 1º Crema de llentilles roges. 2º Pollastre al forn amb ceba, carlota, cirueles i poma. Fruita. 820 40 38 83	

Els menús van acompanyats de 20 gr de pa . (El dimecres pa integral)

ENERGIA(Kcal.) PROTEINES(Gr.) GREIXOS (Gr.) H.CARBONI(Gr.)