




<p><b>DILLUNS 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Amanida variada</p> <p>Sopa d'au amb fideus integrals ECO i ratlladura d'ou dur Cinta de llom amb samfaina de verdures</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guisat de llentilles Truita de creïlla amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Amanida variada</p> <p>Tallarins a la napolitana Abadejo al forn amb mussolina de maonesa SFS</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIJOUS 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Amanida variada</p> <p>Empedrat Torrada de tonyina amb olives</p> <p>logurt Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Amanida variada</p> <p>Vichissoise Pit de pollastre empanat casolà amb xampinyons saltada</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>
<p><b>DILLUNS 11</b> 576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Plat d'amanida completa amb ou dur i <b>oli d'alfàbega</b> Galtes amb tomaca i formatge</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Amanida variada</p> <p>Crema de llegums i hortalisses de temporada <b>Taquets de magre al romer</b></p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Amanida variada</p> <p>Suquet de peix Torrada de pernil dolç i formatge gratinada</p> <p><b>logurt artesà Els Masets amb canella</b> Pa</p> 	<p><b>DIJOUS 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Amanida variada</p> <p>Arròs amb salsa de tomaca i <b>herbes provençals</b> Lluç en salsa mery amb pèsols saltats</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Amanida variada</p> <p>Sopa bruta Hamburguesa d'au SFS amb creïlles</p> <p>Fruita de temporada <b>Pa amb oli i pebre roig</b></p>
<p><b>DILLUNS 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Amanida variada</p> <p>Llentilles ECO amb verdures Panini casolà de tonyina</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Amanida variada</p> <p>Macarrons ECO amb tomaca Abadejo en salsa</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Amanida variada</p> <p>Sopa de putxero Cuixetes de pollastre al ast</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIJOUS 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plat d'amanida completa amb ou dur Arròs al forn amb cigrons (sense embotit)</p> <p>logurt Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Amanida variada</p> <p>Crema de verdures de temporada amb llegums Filet de llom amb verdures brasejades</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>
<p><b>DILLUNS 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arròs a banda Entremesos SFS i amanida variada</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Amanida variada</p> <p>Crema de carabassa Goulash de magre en salsa</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Amanida variada</p> <p>Estofat de fesols amb verdures Truita de creïlla amb tomaquetes amb herbes provençals</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIJOUS 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Amanida variada</p> <p><b>Tallarins botabota (Tallarins amb salsa de carabassa i formatge)</b> Palometa a la napolitana</p> <p>logurt artesà <b>Els Masets</b>  Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Amanida variada</p> <p>Potatge de cigrons ECO a la mediterrània Panini casolà de formatge, tomaca i orenga i croqueta de pernil SFS</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>
<p>*Els plats d'aquest menú no es cuinen amb ingredients que puguen contindre anous. *Reviseu les etiquetes de tots els productes utilitzats en el menú de manera diària.</p>				



<p><b>DILLUNS 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Amanida variada</p> <p>Sopa d'au amb fideus integrals ECO i ratlladura d'ou dur Llom adobat amb samfaina de verdures</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guisat de llentilles Truita de creïlla amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Amanida variada</p> <p>Tallarins a la napolitana Abadejo al forn amb mussolina de maonesa</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIJOUS 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Amanida variada</p> <p>Empedrat Torrada de tonyina amb olives</p> <p>logurt Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Amanida variada</p> <p>Vichissoise Pit de pollastre empanat casolà amb xampinyons saltada</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>
<p><b>DILLUNS 11</b> 576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Plat d'amanida completa amb ou dur i oli d'alfàbega Canelons gratinats</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Amanida variada</p> <p>Crema de llegums i hortalisses de temporada <b>Taquets de magre al romer</b></p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Amanida variada</p> <p>Suquet de peix Coca de pernil dolç i formatge</p> <p><b>logurt artesà Els Masets amb canella</b> Pa</p> 	<p><b>DIJOUS 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Amanida variada</p> <p>Arròs amb salsa de tomaca i herbes provençals Lluç en salsa mery amb pèsols saltats</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Amanida variada</p> <p>Sopa bruta Hamburguesa mixta amb creïlles</p> <p>Fruita de temporada <b>Pa amb oli i pebre roig</b></p>
<p><b>DILLUNS 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Amanida variada</p> <p>Llentilles ECO amb verdures Pizza casolana de tonyina</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Amanida variada</p> <p>Macarrons ECO amb bolonyesa vegetal Abadejo en salsa</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Amanida variada</p> <p>Sopa de putxero Cuixetes de pollastre al ast</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIJOUS 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plat d'amanida completa amb ou dur Arròs al forn amb cigrons</p> <p>logurt Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Amanida variada</p> <p>Crema de verdures de temporada amb llegums Filet de llom amb verdures brasejades</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>
<p><b>DILLUNS 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arròs a banda Entremesos i amanida variada</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Amanida variada</p> <p>Crema de carabasseta Goulash de magre en salsa</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Amanida variada</p> <p>Estofat de fesols amb xoriç Truita de creïlla amb tomaquetes amb herbes provençals</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIJOUS 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Amanida variada</p> <p><b>Tallarins bota bota (Tallarins amb salsa de carabassa i formatge)</b> Palomet a la napolitana</p> <p>logurt artesà <b>Els Masets</b> Pa</p> 	<p><b>DIVENDRES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Amanida variada</p> <p>Potatge de cigrons ECO a la mediterrània Panini casolà de formatge, tomaca i orenga i croqueta de pernil</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>
<p>*Els plats d'aquest menú no es cuinen amb ingredients que puguin contindre bresquilla. *Reviseu les etiquetes de tots els productes utilitzats en el menú de manera diària.</p>				



<p><b>DILLUNS 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Amanida variada</p> <p>Sopa d'au amb fideus integrals ECO i ratlladura d'ou dur Cinta de llom amb samfaina de verdures</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guisat de llentilles Truita de creïlla amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Amanida variada</p> <p>Tallarins a la napolitana Abadejo al forn amb mussolina de maonesa SFS</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIJOUS 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Amanida variada</p> <p>Empedrat Torrada de tonyina amb olives</p> <p>logurt Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Amanida variada</p> <p>Vichissoise Pit de pollastre empanat casolà amb xampinyons saltada</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>
<p><b>DILLUNS 11</b> 576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Plat d'amanida completa amb ou dur i oli d'alfàbega Galtes amb tomaca i formatge</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Amanida variada</p> <p>Crema de llegums i hortalisses de temporada <b>Taquets de magre al romer</b></p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Amanida variada</p> <p>Suquet de peix Torrada de pernil dolç i formatge gratinada</p> <p><b>logurt artesà Els Masetes amb canella</b> Pa</p> 	<p><b>DIJOUS 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Amanida variada</p> <p>Arròs amb salsa de tomaca i herbes provençals Lluç en salsa mery amb pèsols saltats</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Amanida variada</p> <p>Sopa bruta Hamburguesa d'au SFS amb creïlles</p> <p>Fruita de temporada <b>Pa amb oli i pebre roig</b></p>
<p><b>DILLUNS 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Amanida variada</p> <p>Llentilles ECO amb verdures Panini casolà de tonyina</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Amanida variada</p> <p>Macarrons ECO amb tomaca Abadejo en salsa</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Amanida variada</p> <p>Sopa de putxero Cuixetes de pollastre al ast</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIJOUS 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plat d'amanida completa amb ou dur Arròs al forn amb cigrons (sense embotit)</p> <p>logurt Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Amanida variada</p> <p>Crema de verdures de temporada amb llegums Filet de llom amb verdures brasejades</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>
<p><b>DILLUNS 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arròs a banda Entremesos SFS i amanida variada</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Amanida variada</p> <p>Crema de carabassa Goulash de magre en salsa</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Amanida variada</p> <p>Estofat de fesols amb verdures Truita de creïlla amb tomaquetes amb herbes provençals</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIJOUS 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Amanida variada</p> <p><b>Tallarins bota bota (Tallarins amb salsa de carabassa i formatge)</b> Palometa a la napolitana</p> <p>logurt artesà <b>Els Masetes</b>  Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Amanida variada</p> <p>Potatge de cigrons ECO a la mediterrània Panini casolà de formatge, tomaca i orenga i croqueta de pernil SFS</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>
<p>*Els plats d'aquest menú no es cuinen amb ingredients que puguin contindre l'al·lèrgen. *Reviseu les etiquetes de tots els productes utilitzats en el menú de manera diària. *Les amanides no portaran fruita seca.</p>				



<p><b>DILLUNS 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Amanida variada</p> <p>Sopa d'au amb fideus integrals ECO i ratlladura d'ou dur Cinta de llom amb samfaina de verdures</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guisat de llentilles Truita de creïlla amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Amanida variada</p> <p>Tallarins a la napolitana Abadejo al forn amb mussolina de maonesa SFS</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIJOUS 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Amanida variada</p> <p>Empedrat Torrada de tonyina amb olives</p> <p>logurt Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Amanida variada</p> <p>Vichissoise Pit de pollastre empanat casolà amb xampinyons saltada</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>
<p><b>DILLUNS 11</b> 576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Plat d'amanida completa amb ou dur i oli d'alfàbega Galtes amb tomaca i formatge</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Amanida variada</p> <p>Crema de llegums i hortalisses de temporada <b>Taquets de magre al romer</b></p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Amanida variada</p> <p>Suquet de peix Torrada de pernil dolç i formatge gratinada</p> <p><b>logurt artesà Els Masets amb canella</b> Pa</p> 	<p><b>DIJOUS 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Amanida variada</p> <p>Arròs amb salsa de tomaca i herbes provençals Lluç en salsa mery amb pèsols saltats</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Amanida variada</p> <p>Sopa bruta Hamburguesa d'au SFS amb creïlles</p> <p>Fruita de temporada <b>Pa amb oli i pebre roig</b></p>
<p><b>DILLUNS 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Amanida variada</p> <p>Llentilles ECO amb verdures Panini casolà de tonyina</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Amanida variada</p> <p>Macarrons ECO amb tomaca Abadejo en salsa</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Amanida variada</p> <p>Sopa de putxero Cuixetes de pollastre al ast</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIJOUS 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plat d'amanida completa amb ou dur Arròs al forn amb cigrons (sense embotit)</p> <p>logurt Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Amanida variada</p> <p>Crema de verdures de temporada amb llegums Filet de llom amb verdures brasejades</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>
<p><b>DILLUNS 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arròs a banda Entremesos SFS i amanida variada</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Amanida variada</p> <p>Crema de carabassa Goulash de magre en salsa</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Amanida variada</p> <p>Estofat de fesols amb verdures Truita de creïlla amb tomaquetes amb herbes provençals</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIJOUS 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Amanida variada</p> <p><b>Tallarins bota bota (Tallarins amb salsa de carabassa i formatge)</b> Palometa a la napolitana</p> <p>logurt artesà <b>Els Masets</b>  Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Amanida variada</p> <p>Potatge de cigrons ECO a la mediterrània Panini casolà de formatge, tomaca i orenga i croqueta de pernil SFS</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>
<p>*Els plats d'aquest menú no es cuinen amb ingredients que puguen contindre l'al·lergogen. *Reviseu les etiquetes de tots els productes utilitzats en el menú de manera diària. *Les amanides no portaran fruita seca.</p>				





<p><b>DILLUNS 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Amanida variada</p> <p>Sopa d'au amb fideus integrals ECO i ratlladura d'ou dur Cinta de llom amb samfaina de verdures</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guisat de llentilles Truita de creïlla amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Amanida variada</p> <p>Tallarins a la napolitana Abadejo al forn amb mussolina de maonesa SFS</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIJOUS 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Amanida variada</p> <p>Empedrat Torrada de tonyina amb olives</p> <p>logurt Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Amanida variada</p> <p>Vichissoise Pit de pollastre empanat casolà amb xampinyons saltada</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>
<p><b>DILLUNS 11</b> 576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Plat d'amanida completa amb ou dur i oli d'alfàbega Galtes amb tomaca i formatge</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Amanida variada</p> <p>Crema de llegums i hortalisses de temporada <b>Taquets de magre al romer</b></p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Amanida variada</p> <p>Suquet de peix Torrada de pernil dolç i formatge gratinada</p> <p><b>logurt artesà Els Masets amb canella</b> Pa</p> 	<p><b>DIJOUS 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Amanida variada</p> <p>Arròs amb salsa de tomaca i herbes provençals Lluç en salsa mery amb pèsols saltats</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Amanida variada</p> <p>Sopa bruta Hamburguesa d'au SFS amb creïlles</p> <p>Fruita de temporada <b>Pa amb oli i pebre roig</b></p>
<p><b>DILLUNS 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Amanida variada</p> <p>Llentilles ECO amb verdures Panini casolà de tonyina</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Amanida variada</p> <p>Macarrons ECO amb tomaca Abadejo en salsa</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Amanida variada</p> <p>Sopa de putxero Cuixetes de pollastre al ast</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIJOUS 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plat d'amanida completa amb ou dur Arròs al forn amb cigrons (sense embotit)</p> <p>logurt Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Amanida variada</p> <p>Crema de verdures de temporada amb llegums Filet de llom amb verdures brasejades</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>
<p><b>DILLUNS 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arròs a banda Entremesos SFS i amanida variada</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Amanida variada</p> <p>Crema de carabasseta Goulash de magre en salsa</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Amanida variada</p> <p>Estofat de fesols amb verdures Truita de creïlla amb tomaquetes amb herbes provençals</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIJOUS 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Amanida variada</p> <p><b>Tallarins bota bota (Tallarins amb salsa de carabassa i formatge)</b> Palometa a la napolitana</p> <p>logurt artesà <b>Els Masets</b>  Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Amanida variada</p> <p>Potatge de cigrons ECO a la mediterrània Panini casolà de formatge, tomaca i orenga i croqueta de pernil SFS</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>
<p>*Els plats d'aquest menú no es cuinen amb ingredients que puguen contindre l'al·lergogen. *Reviseu les etiquetes de tots els productes utilitzats en el menú de manera diària. *Les amanides no portaran fruita seca.</p>				



<p><b>DILLUNS 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Amanida variada</p> <p>Sopa d'au amb fideus SG i ratlladura d'ou dur Cinta de llom amb samfaina de verdures</p> <p>Fruita de temporada Pa SG</p>	<p><b>DIMARTS 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guisat de llegums (sense llentilles) Trita de creïlla amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada Pa SG</p>	<p><b>DIMECRES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Amanida variada</p> <p>Pasta SG a la napolitana Abadejo al forn amb mussolina de maonesa SG</p> <p>Fruita de temporada Pa SG</p>	<p><b>DIJOUS 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Amanida variada</p> <p>Empedrat Torrada SG de tonyina amb olives</p> <p>logurt Pa SG</p>	<p><b>DIVENDRES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Amanida variada</p> <p>Vichissoise Pit de pollastre a la planxa amb xampinyons saltada</p> <p>Fruita de temporada Pa SG</p>
<p><b>DILLUNS 11</b> 576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Plat d'amanida completa amb ou dur i <b>oli d'alfàbega</b> Pasta SG amb tomaca</p> <p>Fruita de temporada Pa SG</p>	<p><b>DIMARTS 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Amanida variada</p> <p>Crema de llegums (sense llentilles) i hortalisses de temporada <b>Taquets de magre al romer</b></p> <p>Fruita de temporada Pa SG</p>	<p><b>DIMECRES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Amanida variada</p> <p>Suquet de peix Torrada SG de pernil dolç i formatge gratinat</p> <p><b>logurt artesà Els Masets amb canella</b> Pa SG</p> 	<p><b>DIJOUS 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Amanida variada</p> <p>Arròs amb salsa de tomaca i <b>herbes provençals</b> Lluç en salsa mery amb pèsols saltats</p> <p>Fruita de temporada Pa SG</p>	<p><b>DIVENDRES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Amanida variada</p> <p>Sopa bruta (pasta SG) Hamburguesa d'au SG amb creïlles</p> <p>Fruita de temporada <b>Pa SG amb oli i pebre roig</b></p>
<p><b>DILLUNS 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Amanida variada</p> <p>Llegums (sense llentilles) ECO amb verdures Panini SG casolà de tonyina</p> <p>Fruita de temporada Pa SG</p>	<p><b>DIMARTS 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Amanida variada</p> <p>Macarrons SG amb tomaca Abadejo en salsa</p> <p>Fruita de temporada Pa SG</p>	<p><b>DIMECRES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Amanida variada</p> <p>Sopa de putxero (pasat SG) Cuixetes de pollastre al ast</p> <p>Fruita de temporada Pa SG</p>	<p><b>DIJOUS 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plat d'amanida completa amb ou dur Arròs al forn amb cigrons (sense embottit)</p> <p>logurt Pa SG</p>	<p><b>DIVENDRES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Amanida variada</p> <p>Crema de verdures de temporada amb llegums (sense llentilles) Filet de llom amb verdures brasejades</p> <p>Fruita de temporada Pa SG</p>
<p><b>DILLUNS 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arròs a banda Entremesos SG i amanida variada</p> <p>Fruita de temporada Pa SG</p>	<p><b>DIMARTS 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Amanida variada</p> <p>Crema de carabasseta Goulash de magre en salsa</p> <p>Fruita de temporada Pa SG</p>	<p><b>DIMECRES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Amanida variada</p> <p>Estofat de fesols amb verdures Trita de creïlla amb tomaquetes adobades</p> <p>Fruita de temporada Pa SG</p>	<p><b>DIJOUS 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Amanida variada</p> <p><b>Espaguetis SG bota bota (Espaguetis SG amb salsa de carabassa i formatge)</b> Palometa a la napolitana</p> <p>logurt artesà <b>Els Masets</b> Pa SG</p> 	<p><b>DIVENDRES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Amanida variada</p> <p>Potatge de cigrons ECO a la mediterrània Panini SG casolà de formatge, tomaca i orenga i mandonguilla d'abadejo SG</p> <p>Fruita de temporada Pa SG</p>
<p>*Els plats d'aquest menú no es cuinen amb ingredients que puguin contindre l'al·lèrgen. *Reviseu les etiquetes de tots els productes utilitzats en el menú de manera diària.</p>				




<p><b>DILLUNS 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Amanida variada</p> <p>Sopa d'au amb fideus integrals ECO i ratlladura d'ou dur Llom adobat amb samfaina de verdures</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guisat de llentilles Truita de creïlla amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Amanida variada</p> <p>Tallarins a la napolitana Abadejo al forn amb mussolina de maonesa</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIJOUS 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Amanida variada</p> <p>Empedrat Torrada de tonyina amb olives</p> <p>logurt Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Amanida variada</p> <p>Vichissoise Pit de pollastre empanat casolà amb xampinyons saltada</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>
<p><b>DILLUNS 11</b> 576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Plat d'amanida completa amb ou dur i oli d'alfàbega Canelons gratinats</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Amanida variada</p> <p>Crema de llegums i hortalisses de temporada <b>Taquets de magre al romer</b></p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Amanida variada</p> <p>Suquet de peix Coca de pernil dolç i formatge</p> <p><b>logurt artesà Els Masets amb canella</b> Pa</p> 	<p><b>DIJOUS 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Amanida variada</p> <p>Arròs amb salsa de tomaca i herbes provençals Lluç en salsa mery amb pèsols saltats</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Amanida variada</p> <p>Sopa bruta Hamburguesa mixta amb creïlles</p> <p>Fruita de temporada <b>Pa amb oli i pebre roig</b></p>
<p><b>DILLUNS 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Amanida variada</p> <p>Llentilles ECO amb verdures Pizza casolana de tonyina</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Amanida variada</p> <p>Macarrons ECO amb bolonyesa vegetal Abadejo en salsa</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Amanida variada</p> <p>Sopa de putxero Cuixetes de pollastre al ast</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIJOUS 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plat d'amanida completa amb ou dur Arròs al forn amb cigrons</p> <p>logurt Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Amanida variada</p> <p>Crema de verdures de temporada amb llegums Filet de llom amb verdures brasejades</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>
<p><b>DILLUNS 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arròs a banda Entremesos i amanida variada</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Amanida variada</p> <p>Crema de carabasseta Goulash de magre en salsa</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Amanida variada</p> <p>Estofat de fesols amb xoriç Truita de creïlla amb tomaquetes amb herbes provençals</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIJOUS 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Amanida variada</p> <p><b>Tallarins bota bota (Tallarins amb salsa de carabassa i formatge)</b> Palomet a la napolitana</p> <p>logurt artesà <b>Els Masets</b> Pa</p> 	<p><b>DIVENDRES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Amanida variada</p> <p>Potatge de cigrons ECO a la mediterrània Panini casolà de formatge, tomaca i orenga i croqueta de pernil</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>
<p>*Els plats d'aquest menú no es cuinen amb ingredients que puguen contindre kiwi. *Reviseu les etiquetes de tots els productes utilitzats en el menú de manera diària.</p>				






<p><b>DILLUNS 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Amanida variada</p> <p>Sopa d'au amb fideus (sense ou) Cinta de llom amb samfaina de verdures</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guisat de llentilles Llonganisses d'au (sense ou) amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Amanida variada</p> <p>Pasta (sense ou) a la napolitana Abadejo al forn</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIJOUS 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Amanida variada</p> <p>Empedrat Torrada de tonyina amb olives</p> <p>logurt Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Amanida variada</p> <p>Vichissoise Pit de pollastre a la planxa amb xampinyons saltada</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>
<p><b>DILLUNS 11</b> 576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Plat d'amanida completa (SENSE ou dur) i oli d'alfàbega Canelons gratinats</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Amanida variada</p> <p>Crema de llegums i hortalisses de temporada <b>Taquets de magre al romer</b></p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Amanida variada</p> <p>Suquet de peix Torrada de pernil dolç i formatge (sense ou) gratinada</p> <p><b>logurt artesà Els Masets amb canella</b> Pa</p> 	<p><b>DIJOUS 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Amanida variada</p> <p>Arròs amb salsa de tomaca i herbes provençals Lluç en salsa mery amb pèsols saltats</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Amanida variada</p> <p>Sopa bruta (pasta sense ou) Hamburguesa d'au (sense ou) amb creïlles</p> <p>Fruita de temporada <b>Pa amb oli i pebre roig</b></p>
<p><b>DILLUNS 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Amanida variada</p> <p>Llentilles ECO amb verdures Panini casoà de tonyina</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Amanida variada</p> <p>Pasta (sense ou) amb bolonyesa vegetal Abadejo en salsa</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Amanida variada</p> <p>Sopa de putxero (pasta sense ou) Cuixetes de pollastre al ast</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIJOUS 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plat d'amanida completa (SENSE ou dur) Arròs al forn amb cigrons (sense embotit)</p> <p>logurt Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Amanida variada</p> <p>Crema de verdures de temporada amb llegums Filet de llom amb verdures brasejades</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>
<p><b>DILLUNS 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arròs a banda Entremesos (sense ou) i amanida variada</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Amanida variada</p> <p>Crema de carabassa Goulash de magre en salsa</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Amanida variada</p> <p>Estofat de fesols amb verdures Pit de pollastre amb tomaquetes amb herbes provençals</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIJOUS 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Amanida variada</p> <p><b>Espaguetis sense ou bota bota (Espaguetis sense ou amb salsa de carabassa i formatge)</b> Palometa a la napolitana</p> <p>logurt artesà <b>Els Masets</b>  Pa</p> 	<p><b>DIVENDRES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Amanida variada</p> <p>Potatge de cigrons ECO a la mediterrània Panini casolà de formatge (sense ou), pernil dolç, tomaca i orenga</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>
<p>*Els plats d'aquest menú no es cuinen amb ingredients que puguin contindre l'al·lergogen. *Reviseu les etiquetes de tots els productes utilitzats en el menú de manera diària.</p>				




<p><b>DILLUNS 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Amanida variada</p> <p>Sopa d'au amb fideus integrals ECO i ratlladura d'ou dur Llom adobat amb samfaina de verdures</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guisat de llentilles Truita de creïlla amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Amanida variada</p> <p>Tallarins a la napolitana Llonganisses</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIJOUS 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Amanida variada</p> <p>Empedrat Torrada de formatge amb tomaca</p> <p>logurt Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Amanida variada</p> <p>Vichissoise Pit de pollastre empanat casolà amb xampinyons saltats</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>
<p><b>DILLUNS 11</b> 576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Plat d'amanida completa amb ou dur i oli d'alfàbega Galets amb tomaca i formatge</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Amanida variada</p> <p>Crema de llegums i hortalisses de temporada <b>Taquets de magre al romer</b></p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Amanida variada</p> <p>Guisat de llegums amb verdures Torrada de pernil dolç i formatge gratinat</p> <p>logurt artesà <b>Els Masets amb canella</b> Pa</p> 	<p><b>DIJOUS 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Amanida variada</p> <p>Arròs amb salsa de tomaca i herbes provençals Truita francesa amb pèsols saltats</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Amanida variada</p> <p>Sopa bruta Hamburguesa mixta amb creïlles</p> <p>Fruita de temporada <b>Pa amb oli i pebre roig</b></p>
<p><b>DILLUNS 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Amanida variada</p> <p>Llentilles ECO amb verdures Panini casolà margarita</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Amanida variada</p> <p>Macarrons ECO amb bolonyesa vegetal Truita francesa</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Amanida variada</p> <p>Sopa de putxero Cuixetes de pollastre al ast</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIJOUS 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plat d'amanida completa amb ou dur Arròs al forn amb cigrons</p> <p>logurt Pa</p>	<p><b>DIVENDRES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Amanida variada</p> <p>Crema de verdures de temporada amb llegums Filet de llom amb verdures brasejades</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>
<p><b>DILLUNS 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arròs de verdures Entremesos i amanida variada</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMARTS 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Amanida variada</p> <p>Crema de carabasseta Goulash de magre en salsa</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIMECRES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Amanida variada</p> <p>Estofat de fesols amb xoriç Truita de creïlla amb tomaquetes amb herbes provençals</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>	<p><b>DIJOUS 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Amanida variada</p> <p><b>Tallarins bota bota (Tallarins amb salsa de carabassa i formatge)</b> Pit de pollastre a la planxa</p> <p>logurt artesà <b>Els Masets</b> Pa</p> 	<p><b>DIVENDRES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Amanida variada</p> <p>Potatge de cigrons ECO a la mediterrània Panini casolà de formatge, pernil dolç, tomaca i orenga</p> <p>Fruita de temporada Pa</p>
<p>*Els plats d'aquest menú no es cuinen amb ingredients que puguin contindre l'al·lèrgen. *Reviseu les etiquetes de tots els productes utilitzats en el menú de manera diària.</p>				





<p><b>LUNES 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Ensalada variada</p> <p>Sopa de ave con fideos integrales ECO y virutas de huevo cocido Cinta de lomo con pisto de verduras</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guiso de lentejas Tortilla de patata con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Ensalada variada</p> <p>Tallarines a la napolitana Abadejo al horno con muselina de mahonesa SFS</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Ensalada variada</p> <p>Empedrat Tosta de atún con olivas</p> <p>Yogur Pan</p>	<p><b>VIERNES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Ensalada variada</p> <p>Vichyssoise Pechuga de pollo empanada casera con champiñones salteado</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p><b>LUNES 11</b> 576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Plato de ensalada completa con huevo cocido y <b>aceite de albahaca</b> Coditos con tomate y queso</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Ensalada variada</p> <p>Crema de legumbre y hortalizas de temporada <b>Taquitos de magro al romero</b></p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Suquet de peix Tosta de york y queso gratinada</p> <p><b>Yogur artesano Els Masets con canela</b> Pan</p> 	<p><b>JUEVES 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Ensalada variada</p> <p>Arroz con salsa de tomate y <b>hierbas provenzales</b> Merluza en salsa mery con guisantes salteados</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>VIERNES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Sopa bruta Hamburguesa de ave SFS con patatas</p> <p>Fruta de temporada <b>Pan con aceite y pimentón</b></p>
<p><b>LUNES 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Ensalada variada</p> <p>Lentejas ECO con verduras Panini casero de atún</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Ensalada variada</p> <p>Macarrones ECO con tomate Abadejo en salsa</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Ensalada variada</p> <p>Sopa de puchero Jamoncito de pollo al ast</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plato de ensalada completa con huevo cocido Arroz al horno con garbanzos (sin embutido)</p> <p>Yogur Pan</p>	<p><b>VIERNES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Ensalada variada</p> <p>Crema de verduras de temporada con legumbres Filete de lomo con verduras braseada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p><b>LUNES 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arroz a banda Entremeses SFS y ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Ensalada variada</p> <p>Crema de calabacín Goulash de magro en salsa</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Ensalada variada</p> <p>Estofado de alubias con verduras Tortilla de patata con tomatito con hierbas provenzales</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Ensalada variada</p> <p><b>Tallarines salta salta (Tallarines con salsa de calabaza y queso)</b> Palometa a la napolitana</p> <p>Yogur artesano <b>Els Masets</b>  Pan</p>	<p><b>VIERNES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Ensalada variada</p> <p>Potaje de garbanzos ECO a la mediterránea Panini casero de queso, tomate y orégano y croqueta de jamón serrano SFS</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p>*Los platos de este menú no se cocinan con ingredientes que puedan contener el alérgeno. *Revisad las etiquetas de todos los productos utilizados en el menú de forma diaria. *Las ensaladas no llevarán frutos secos.</p>				



<p><b>LUNES 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Ensalada variada</p> <p>Sopa de ave con fideos integrales ECO y virutas de huevo cocido Cinta de lomo con pisto de verduras</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guiso de lentejas Tortilla de patata con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Ensalada variada</p> <p>Tallarines a la napolitana Abadejo al horno con muselina de mahonesa SFS</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Ensalada variada</p> <p>Empedrat Tosta de atún con olivas</p> <p>Yogur Pan</p>	<p><b>VIERNES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Ensalada variada</p> <p>Vichyssoise Pechuga de pollo empanada casera con champiñones salteado</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p><b>LUNES 11</b> 576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Plato de ensalada completa con huevo cocido y <b>aceite de albahaca</b> Coditos con tomate y queso</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Ensalada variada</p> <p>Crema de legumbre y hortalizas de temporada <b>Taquitos de magro al romero</b></p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Suquet de peix Tosta de york y queso gratinada</p> <p><b>Yogur artesano Els Masets con canela</b> Pan</p> 	<p><b>JUEVES 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Ensalada variada</p> <p>Arroz con salsa de tomate y <b>hierbas provenzales</b> Merluza en salsa mery con guisantes salteados</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>VIERNES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Sopa bruta Hamburguesa de ave SFS con patatas</p> <p>Fruta de temporada <b>Pan con aceite y pimentón</b></p>
<p><b>LUNES 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Ensalada variada</p> <p>Lentejas ECO con verduras Panini casero de atún</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Ensalada variada</p> <p>Macarrones ECO con tomate Abadejo en salsa</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Ensalada variada</p> <p>Sopa de puchero Jamoncito de pollo al ast</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plato de ensalada completa con huevo cocido Arroz al horno con garbanzos (sin embutido)</p> <p>Yogur Pan</p>	<p><b>VIERNES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Ensalada variada</p> <p>Crema de verduras de temporada con legumbres Filete de lomo con verduras braseada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p><b>LUNES 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arroz a banda Entremeses SFS y ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Ensalada variada</p> <p>Crema de calabacín Goulash de magro en salsa</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Ensalada variada</p> <p>Estofado de alubias con verduras Tortilla de patata con tomatito con hierbas provenzales</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Ensalada variada</p> <p><b>Tallarines salta salta (Tallarines con salsa de calabaza y queso)</b> Palometa a la napolitana</p> <p>Yogur artesano <b>Els Masets</b>  Pan</p>	<p><b>VIERNES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Ensalada variada</p> <p>Potaje de garbanzos ECO a la mediterránea Panini casero de queso, tomate y orégano y croqueta de jamón serrano SFS</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p>*Los platos de este menú no se cocinan con ingredientes que puedan contener el alérgeno. *Revisad las etiquetas de todos los productos utilizados en el menú de forma diaria. *Las ensaladas no llevarán frutos secos.</p>				



<p><b>LUNES 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Ensalada variada</p> <p>Sopa de ave con fideos integrales ECO y virutas de huevo cocido Cinta de lomo con pisto de verduras</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guiso de lentejas Tortilla de patata con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Ensalada variada</p> <p>Tallarines a la napolitana Abadejo al horno con muselina de mahonesa SFS</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Ensalada variada</p> <p>Empedrat Tosta de atún con olivas</p> <p>Yogur Pan</p>	<p><b>VIERNES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Ensalada variada</p> <p>Vichyssoise Pechuga de pollo empanada casera con champiñones salteado</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p><b>LUNES 11</b> 576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Plato de ensalada completa con huevo cocido y <b>aceite de albahaca</b> Coditos con tomate y queso</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Ensalada variada</p> <p>Crema de legumbre y hortalizas de temporada <b>Taquitos de magro al romero</b></p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Suquet de peix Tosta de york y queso gratinada</p> <p><b>Yogur artesano Els Masets con canela</b> Pan</p> 	<p><b>JUEVES 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Ensalada variada</p> <p>Arroz con salsa de tomate y <b>hierbas provenzales</b> Merluza en salsa mery con guisantes salteados</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>VIERNES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Sopa bruta Hamburguesa de ave SFS con patatas</p> <p>Fruta de temporada <b>Pan con aceite y pimentón</b></p>
<p><b>LUNES 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Ensalada variada</p> <p>Lentejas ECO con verduras Panini casero de atún</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Ensalada variada</p> <p>Macarrones ECO con tomate Abadejo en salsa</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Ensalada variada</p> <p>Sopa de puchero Jamoncito de pollo al ast</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plato de ensalada completa con huevo cocido Arroz al horno con garbanzos (sin embutido)</p> <p>Yogur Pan</p>	<p><b>VIERNES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Ensalada variada</p> <p>Crema de verduras de temporada con legumbres Filete de lomo con verduras braseada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p><b>LUNES 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arroz a banda Entremeses SFS y ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Ensalada variada</p> <p>Crema de calabacín Goulash de magro en salsa</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Ensalada variada</p> <p>Estofado de alubias con verduras Tortilla de patata con tomatito con hierbas provenzales</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Ensalada variada</p> <p><b>Tallarines salta salta (Tallarines con salsa de calabaza y queso)</b> Palometa a la napolitana</p> <p>Yogur artesano <b>Els Masets</b>  Pan</p>	<p><b>VIERNES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Ensalada variada</p> <p>Potaje de garbanzos ECO a la mediterránea Panini casero de queso, tomate y orégano y croqueta de jamón serrano SFS</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p>*Los platos de este menú no se cocinan con ingredientes que puedan contener el alérgeno. *Revisad las etiquetas de todos los productos utilizados en el menú de forma diaria. *Las ensaladas no llevarán frutos secos.</p>				





<p><b>LUNES 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Ensalada variada</p> <p>Sopa de ave con fideos SG y virutas de huevo cocido Cinta de lomo con pisto de verduras</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>MARTES 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guiso de legumbres (sin lentejas) Tortilla de patata con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>MIÉRCOLES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Ensalada variada</p> <p>Pasta SG a la napolitana Abadejo al horno con muselina de mahonesa SG</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>JUEVES 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Ensalada variada</p> <p>Empedrat Tosta SG de atún con olivas</p> <p>Yogur Pan SG</p>	<p><b>VIERNES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Ensalada variada</p> <p>Vichyssoise Pechuga de pollo a la plancha con champiñones salteado</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>
<p><b>LUNES 11</b> 576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Plato de ensalada completa con huevo cocido y <b>aceite de albahaca</b> Pasta SG con tomate</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>MARTES 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Ensalada variada</p> <p>Crema de legumbre (sin lentejas) y hortalizas de temporada <b>Taquitos de magro al romero</b></p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>MIÉRCOLES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Suquet de peix Toraada SG de york y queso gratinado</p> <p><b>Yogur artesano Els Masets con canela</b> Pan SG</p> 	<p><b>JUEVES 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Ensalada variada</p> <p>Arroz con salsa de tomate y <b>hierbas provenzales</b> Merluza en salsa mery con guisantes salteados</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>VIERNES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Sopa bruta (pasta SG) Hamburguesa de ave SG con patatas</p> <p>Fruta de temporada <b>Pan SG con aceite y pimentón</b></p>
<p><b>LUNES 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Ensalada variada</p> <p>Legumbres (sin lentejas) ECO con verduras Panini SG casero de atún</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>MARTES 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Ensalada variada</p> <p>Macarrones SG con tomate Abadejo en salsa</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>MIÉRCOLES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Ensalada variada</p> <p>Sopa de puchero (pasta SG) Jamoncito de pollo al ast</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>JUEVES 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plato de ensalada completa con huevo cocido Arroz al horno con garbanzos (sin embutido)</p> <p>Yogur Pan SG</p>	<p><b>VIERNES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Ensalada variada</p> <p>Crema de verduras de temporada con legumbres (sin lentejas) Filete de lomo con verduras braseada</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>
<p><b>LUNES 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arroz a banda Entremeses SG y ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>MARTES 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Ensalada variada</p> <p>Crema de calabacín Goulash de magro en salsa</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>MIÉRCOLES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Ensalada variada</p> <p>Estofado de alubias con verduras Tortilla de patata con tomatito adobado</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p><b>JUEVES 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Ensalada variada</p> <p><b>Espaguetis SG salta salta (Espaguetis SG salsa de calabaza y queso)</b> Palometa a la napolitana</p> <p>Yogur artesano <b>Els Masets</b> Pan SG</p> 	<p><b>VIERNES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Ensalada variada</p> <p>Potaje de garbanzos ECO a la mediterránea Panini SG casero de queso, tomate y orégano y albóndiga de bacalao SG</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>
<p>*Los platos de este menú no se cocinan con ingredientes que puedan contener el alérgeno. *Revisad las etiquetas de todos los productos utilizados en el menú de forma diaria.</p>				





<p><b>LUNES 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Ensalada variada</p> <p>Sopa de ave con fideos SH Cinta de lomo con pisto de verduras</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guiso de lentejas Longaniza de ave SH con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Ensalada variada</p> <p>Pasta SH a la napolitana Abadejo al horno</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Ensalada variada</p> <p>Empedrat Tosta de atún con olivas</p> <p>Yogur Pan</p>	<p><b>VIERNES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Ensalada variada</p> <p>Vichyssoise Pechuga de pollo a la plancha con champiñones salteado</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p><b>LUNES 11</b> 576,5Kcal - Prot:30,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Plato de ensalada completa (SIN huevo) y <b>aceite de albahaca</b> Pasta SH con tomate</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Ensalada variada</p> <p>Crema de legumbre y hortalizas de temporada <b>Taquitos de magro al romero</b></p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Suquet de peix Tosta de york y queso SH gratinado</p> <p><b>Yogur artesano Els Masets con canela</b> Pan</p> 	<p><b>JUEVES 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Ensalada variada</p> <p>Arroz con salsa de tomate y <b>hierbas provenzales</b> Merluza en salsa mery con guisantes salteados</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>VIERNES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Sopa bruta (pasta SH) Hamburguesa de ave SH con patatas</p> <p>Fruta de temporada <b>Pan con aceite y pimentón</b></p>
<p><b>LUNES 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Ensalada variada</p> <p>Lentejas ECO con verduras Panini casero de atún</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Ensalada variada</p> <p>Pasta SH con boloñesa vegetal Abadejo en salsa</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Ensalada variada</p> <p>Sopa de puchero (pasta SH) Jamoncito de pollo al ast</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plato de ensalada completa (SIN huevo cocido) Arroz al horno con garbanzos (sin embutido)</p> <p>Yogur Pan</p>	<p><b>VIERNES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Ensalada variada</p> <p>Crema de verduras de temporada con legumbres Filete de lomo con verduras braseada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p><b>LUNES 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arroz a banda Entremeses SH y ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Ensalada variada</p> <p>Crema de calabacín Goulash de magro en salsa</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Ensalada variada</p> <p>Estofado de alubias con verduras Pechuga de pollo con tomatito con hierbas provenzales</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Ensalada variada</p> <p><b>Espaguetis SG salta salta (Espaguetis SH con salsa de calabaza y queso)</b> Palometa a la napolitana</p> <p>Yogur artesano <b>Els Masets</b>  Pan</p>	<p><b>VIERNES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Ensalada variada</p> <p>Potaje de garbanzos ECO a la mediterránea Panini casero de queso SH, york, tomate, y orégano</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p>*Los platos de este menú no se cocinan con ingredientes que puedan contener el alérgeno. *Revisad las etiquetas de todos los productos utilizados en el menú de forma diaria.</p>				





<p><b>LUNES 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Ensalada variada</p> <p>Sopa de ave con fideos integrales ECO y virutas de huevo cocido Lomo adobado con pisto de verduras</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guiso de lentejas Tortilla de patata con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Ensalada variada</p> <p>Tallarines a la napolitana Abadejo al horno con muselina de mahonesa</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Ensalada variada</p> <p>Empedrat Tosta de atún con olivas</p> <p>Yogur Pan</p>	<p><b>VIERNES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Ensalada variada</p> <p>Vichyssoise Pechuga de pollo empanada casera con champiñones salteado</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p><b>LUNES 11</b> 576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Plato de ensalada completa con huevo cocido y <b>aceite de albahaca</b> Canelones gratinados</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Ensalada variada</p> <p>Crema de legumbre y hortalizas de temporada <b>Taquitos de magro al romero</b></p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Suquet de peix Coca de york y queso</p> <p><b>Yogur artesano Els Masets con canela</b> Pan</p> 	<p><b>JUEVES 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Ensalada variada</p> <p>Arroz con salsa de tomate y <b>hierbas provenzales</b> Merluza en salsa mery con guisantes salteados</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>VIERNES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Sopa bruta Hamburguesa mixta con patatas</p> <p>Fruta de temporada <b>Pan con aceite y pimentón</b></p>
<p><b>LUNES 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Ensalada variada</p> <p>Lentejas ECO con verduras Pizza casera de atún</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Ensalada variada</p> <p>Macarrones ECO con boloñesa vegetal Abadejo en salsa</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Ensalada variada</p> <p>Sopa de puchero Jamoncito de pollo al ast</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plato de ensalada completa con huevo cocido Arroz al horno con garbanzos</p> <p>Yogur Pan</p>	<p><b>VIERNES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Ensalada variada</p> <p>Crema de verduras de temporada con legumbres Filete de lomo con verduras braseada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p><b>LUNES 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arroz a banda Entremeses y ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Ensalada variada</p> <p>Crema de calabacín Goulash de magro en salsa</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Ensalada variada</p> <p>Estofado de alubias con chorizo Tortilla de patata con tomatito con hierbas provenzales</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Ensalada variada</p> <p><b>Tallarines salta salta (Tallarines con salsa de calabaza y queso)</b> Palometa a la napolitana</p> <p>Yogur artesano <b>Els Masets</b>  Pan</p>	<p><b>VIERNES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Ensalada variada</p> <p>Potaje de garbanzos ECO a la mediterránea Panini casero de queso, tomate y orégano y croqueta de jamón serrano</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p>*Los platos de este menú no se cocinan con ingredientes que puedan contener kiwi. *Revisad las etiquetas de todos los productos utilizados en el menú de forma diaria.</p>				







<p><b>LUNES 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Ensalada variada</p> <p>Sopa de ave con fideos integrales ECO y virutas de huevo cocido Lomo adobado con pisto de verduras</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guiso de lentejas Tortilla de patata con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Ensalada variada</p> <p>Tallarines a la napolitana Abadejo al horno con muselina de mahonesa</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Ensalada variada</p> <p>Empedrat Tosta de atún con olivas</p> <p>Yogur Pan</p>	<p><b>VIERNES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Ensalada variada</p> <p>Vichyssoise Pechuga de pollo empanada casera con champiñones salteado</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p><b>LUNES 11</b> 576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Plato de ensalada completa con huevo cocido y <b>aceite de albahaca</b> Canelones gratinados</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Ensalada variada</p> <p>Crema de legumbre y hortalizas de temporada <b>Taquitos de magro al romero</b></p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Suquet de peix Coca de york y queso</p> <p><b>Yogur artesano Els Masets con canela</b> Pan</p> 	<p><b>JUEVES 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Ensalada variada</p> <p>Arroz con salsa de tomate y <b>hierbas provenzales</b> Merluza en salsa mery con guisantes salteados</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>VIERNES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Sopa bruta Hamburguesa mixta con patatas</p> <p>Fruta de temporada <b>Pan con aceite y pimentón</b></p>
<p><b>LUNES 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Ensalada variada</p> <p>Lentejas ECO con verduras Pizza casera de atún</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Ensalada variada</p> <p>Macarrones ECO con boloñesa vegetal Abadejo en salsa</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Ensalada variada</p> <p>Sopa de puchero Jamoncito de pollo al ast</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plato de ensalada completa con huevo cocido Arroz al horno con garbanzos</p> <p>Yogur Pan</p>	<p><b>VIERNES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Ensalada variada</p> <p>Crema de verduras de temporada con legumbres Filete de lomo con verduras braseada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p><b>LUNES 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arroz a banda Entremeses y ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Ensalada variada</p> <p>Crema de calabacín Goulash de magro en salsa</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Ensalada variada</p> <p>Estofado de alubias con chorizo Tortilla de patata con tomatito con hierbas provenzales</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Ensalada variada</p> <p><b>Tallarines salta salta (Tallarines con salsa de calabaza y queso)</b> Palometa a la napolitana</p> <p>Yogur artesano <b>Els Masets</b>  Pan</p>	<p><b>VIERNES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Ensalada variada</p> <p>Potaje de garbanzos ECO a la mediterránea Panini casero de queso, tomate y orégano y croqueta de jamón serrano</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p>*Los platos de este menú no se cocinan con ingredientes que puedan contener melocotón. *Revisad las etiquetas de todos los productos utilizados en el menú de forma diaria.</p>				



<p><b>LUNES 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Ensalada variada</p> <p>Sopa de ave con fideos integrales ECO y virutas de huevo cocido Cinta de lomo con pisto de verduras</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guiso de lentejas Tortilla de patata con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Ensalada variada</p> <p>Tallarines a la napolitana Abadejo al horno con muselina de mahonesa SFS</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Ensalada variada</p> <p>Empedrat Tosta de atún con olivas</p> <p>Yogur Pan</p>	<p><b>VIERNES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Ensalada variada</p> <p>Vichyssoise Pechuga de pollo empanada casera con champiñones salteado</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p><b>LUNES 11</b> 576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Plato de ensalada completa con huevo cocido y <b>aceite de albahaca</b> Coditos con tomate y queso</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Ensalada variada</p> <p>Crema de legumbre y hortalizas de temporada <b>Taquitos de magro al romero</b></p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Suquet de peix Tosta de york y queso gratinada</p> <p><b>Yogur artesano Els Masets con canela</b> Pan</p> 	<p><b>JUEVES 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Ensalada variada</p> <p>Arroz con salsa de tomate y <b>hierbas provenzales</b> Merluza en salsa mery con guisantes salteados</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>VIERNES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Sopa bruta Hamburguesa de ave SFS con patatas</p> <p>Fruta de temporada <b>Pan con aceite y pimentón</b></p>
<p><b>LUNES 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Ensalada variada</p> <p>Lentejas ECO con verduras Panini casero de atún</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Ensalada variada</p> <p>Macarrones ECO con tomate Abadejo en salsa</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Ensalada variada</p> <p>Sopa de puchero Jamoncito de pollo al ast</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plato de ensalada completa con huevo cocido Arroz al horno con garbanzos (sin embutido)</p> <p>Yogur Pan</p>	<p><b>VIERNES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Ensalada variada</p> <p>Crema de verduras de temporada con legumbres Filete de lomo con verduras braseada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p><b>LUNES 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arroz a banda Entremeses SFS y ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Ensalada variada</p> <p>Crema de calabacín Goulash de magro en salsa</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Ensalada variada</p> <p>Estofado de alubias con verduras Tortilla de patata con tomatito con hierbas provenzales</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Ensalada variada</p> <p><b>Tallarines salta salta (Tallarines con salsa de calabaza y queso)</b> Palometa a la napolitana</p> <p>Yogur artesano <b>Els Masets</b>  Pan</p>	<p><b>VIERNES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Ensalada variada</p> <p>Potaje de garbanzos ECO a la mediterránea Panini casero de queso, tomate y orégano y croqueta de jamón serrano SFS</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p>*Los platos de este menú no se cocinan con ingredientes que puedan contener nueces. *Revisad las etiquetas de todos los productos utilizados en el menú de forma diaria.</p>				



<p><b>LUNES 04</b> 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Ensalada variada</p> <p>Sopa de ave con fideos integrales ECO y virutas de huevo cocido Lomo adobado con pisto de verduras</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 05</b> 623,2Kcal - Prot:26,7g - Lip:22,3g - HC:71,6g</p> <p>Guiso de lentejas Tortilla de patata con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 06</b> 610,7Kcal - Prot:22,3g - Lip:24,3g - HC:71,6g Ensalada variada</p> <p>Tallarines a la napolitana Longanizas</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 07</b> 502,4Kcal - Prot:18,8g - Lip:15,1g - HC:66,2g Ensalada variada</p> <p>Empedrat Tosta de queso con tomate</p> <p>Yogur Pan</p>	<p><b>VIERNES 08</b> 616,5Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,7g - HC:69,6g Ensalada variada</p> <p>Vichyssoise Pechuga de pollo empanada casera con champiñones salteado</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p><b>LUNES 11</b> 576,5Kcal - Prot:24,2g - Lip:30,4g - HC:48,7g</p> <p>Plato de ensalada completa con huevo cocido y <b>aceite de albahaca</b> Coditos con tomate y queso</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 12</b> 685,7Kcal - Prot:32,5g - Lip:19,5g - HC:88,2g Ensalada variada</p> <p>Crema de legumbre y hortalizas de temporada <b>Taquitos de magro al romero</b></p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 13</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Guiso de legumbres con verduras Tosta de york y queso gratinado</p> <p><b>Yogur artesano Els Masets con canela</b> Pan</p> 	<p><b>JUEVES 14</b> 603,5Kcal - Prot:28,1g - Lip:15,1g - HC:86,4g Ensalada variada</p> <p>Arroz con salsa de tomate y <b>hierbas provenzales</b> Tortilla francesa con guisantes salteados</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>VIERNES 15</b> 765,7Kcal - Prot:21,6g - Lip:40,2g - HC:74,4g Ensalada variada</p> <p>Sopa bruta Hamburguesa mixta con patatas</p> <p>Fruta de temporada <b>Pan con aceite y pimentón</b></p>
<p><b>LUNES 18</b> 745,6Kcal - Prot:30,6g - Lip:18,9g - HC:107,5g Ensalada variada</p> <p>Lentejas ECO con verduras Panini casero margarita</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 19</b> 500,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:9,5g - HC:74,3g Ensalada variada</p> <p>Macarrones ECO con boloñesa vegetal Tortilla francesa</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 20</b> 562,7Kcal - Prot:28,3g - Lip:21,4g - HC:58,9g Ensalada variada</p> <p>Sopa de puchero Jamoncito de pollo al ast</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 21</b> 713,0Kcal - Prot:31,7g - Lip:22,6g - HC:93,5g</p> <p>Plato de ensalada completa con huevo cocido Arroz al horno con garbanzos</p> <p>Yogur Pan</p>	<p><b>VIERNES 22</b> 520,7Kcal - Prot:28,2g - Lip:17,7g - HC:55,3g Ensalada variada</p> <p>Crema de verduras de temporada con legumbres Filete de lomo con verduras braseada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p><b>LUNES 25</b> 747,7Kcal - Prot:30,8g - Lip:29,6g - HC:87,8g</p> <p>Arroz de verduras Entremeses y ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MARTES 26</b> 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Ensalada variada</p> <p>Crema de calabacín Goulash de magro en salsa</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>MIÉRCOLES 27</b> 719,8Kcal - Prot:25,8g - Lip:21,6g - HC:98,0g Ensalada variada</p> <p>Estofado de alubias con chorizo Tortilla de patata con tomatito con hierbas provenzales</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>	<p><b>JUEVES 28</b> 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g Ensalada variada</p> <p><b>Tallarines salta salta (Tallarines con salsa de calabaza y queso)</b> Pechuga de pollo a la plancha</p> <p>Yogur artesano <b>Els Masets</b> Pan</p> 	<p><b>VIERNES 29</b> 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Ensalada variada</p> <p>Potaje de garbanzos ECO a la mediterránea Panini casero de queso, york, tomate y orégano</p> <p>Fruta de temporada Pan</p>
<p>*Los platos de este menú no se cocinan con ingredientes que puedan contener el alérgeno. *Revisad las etiquetas de todos los productos utilizados en el menú de forma diaria.</p>				



## ENS ADAPTEM A LES TEUES NECESSITATS

Apostem per la temporalitat i la proximitat dels nostres productes, adaptant els nostres menús als aliments d'aquest mes.

Contribuint a la sostenibilitat del nostre planeta.

Elaborant les millors receptes pels nostres equips de cuina.

Revisant i adaptant els plats per la nutricionista a les diferents al·lèrgies/patologies dels nostres comensals.



## EL NOSTRE PROJECTE EDUCATIU

### JOCs SOSTENIBLES

Transformarem diferents objectes del nostre dia a dia per a convertir-los en jocs i joguets per a poder compartir i divertir-nos en l'espai del menjador.

## A MÉS, AQUEST MES GAUDIREM:



### JORNADA GASTRONÒMICA DEL JOC

Una jornada molt especial sobre els jocs tradicionals lligada al nostre projecte educatiu per a conèixer, jugar i assaborir.



### COM FLIPA AQUESTA AROMA

Degustarem preparacions gastronòmiques amb diferents espècies que ens traslladaren als plats típics de poble, acompanyat d'activitats que ens permeten conèixer les plantes de les quals provenen i, les seues olors.

## CONSELL NUTRICIONAL DEL MES

Utilitzar espècies en la cuina ens ajuda a millorar el sabor dels nostres plats a més d'afavorir l'acceptació d'aliments que agraden menys als més menuts. Us animem a utilitzar-les a casa amb les següents receptes:

CREÏLLES AL FORN  
AMB ROMER



COLIFLOR ESPECIADA  
AMB TIMÓ AL FORN

PA TORRAT AMB ALL  
I FORMATGE AMB JULIVERT



IOGURT AMB DÀTILS,  
PLÀTAN I CANELLA



## NOS ADAPTAMOS A TUS NECESIDADES

Apostamos por la temporalidad y la proximidad de nuestros productos adaptando nuestros menús a los alimentos de este mes.

Contribuyendo a la sostenibilidad de nuestro planeta.

Elaborando las mejores recetas por nuestros equipos de cocina.

Revisando y adaptando los platos por la nutricionista a las diferentes alergias/patologías de nuestros comensales.



## NUESTRO PROYECTO EDUCATIVO

### JUEGOS SOSTENIBLES

Transformaremos distintos objetos de nuestro día a día para convertirlos en juegos y juguetes para poder compartir y divertirnos en el espacio del comedor.

## ADEMÁS, ESTE MES DISFRUTAREMOS:



### JORNADA GASTRONÓMICA DEL JUEGO

Una jornada muy especial sobre los juegos tradicionales ligada a nuestro proyecto educativo para convivir, jugar y saborear.



### COMO MOLA ESTE AROMA

Degustaremos preparaciones gastronómicas con diferentes especias que nos trasladaran a los platos típicos de pueblo, acompañado de actividades que nos permitan conocer las plantas de las que provienen y sus olores.

## CONSEJO NUTRICIONAL DEL MES

Utilizar especias en la cocina nos ayuda a mejorar el sabor de nuestros platos además de favorecer la aceptación de alimentos que gustan menos en los más peques. Os animamos a utilizarlas en casa con las siguientes recetas:

PATATAS AL HORNO  
CON ROMERO



COLIFLOR ESPACIADA  
CON TOMILLO AL HORNO



TOSTADITAS DE AJO Y QUESO  
CON PEREJIL



YOGUR CON DÁTILES,  
PLÁTANO Y CANELA