



1 DIMECRES  
Vacances

2 DIJOUS  
Vacances

3 DIVENDRES  
Vacances

6 DILLUNS  
Vacances

7 DIMARTS

	Amanida variada	kCal 466.1
	Macarrons integrals a la napolitana	CH 63.5
	Titot i formatge	Prot 32.3
	Pa integral i fruita	Lip 9.7
Sopar recomanat		

8 DIMECRES

	Enciam, tomaca i dacsà	kCal 476.4
	Sopa de menuts amb verdures i llegums	CH 65.5
	Pollastre al forn amb creïlles	Prot 22.3
	Iogurt i Pa	Lip 11.8
Sopar recomanat		

9 DIJOUS

	Enciam, tomaca i carlota	kCal 552.7
	Llenties amb verdures i pernil ECO	CH 68.2
	Lluç arrebossat	Prot 40
	Pa integral i fruita	Lip 9.1
Sopar recomanat		

10 DIVENDRES

	Amanida variada	kCal 725.6
	Arros amb setas i carabassa	CH 68.1
	Ou farcit	Prot 35.5
	Pa i fruita	Lip 35.3
Sopar recomanat		

13 DILLUNS

	Amanida variada	kCal 659.2
	Espirals amb tonyina	CH 77
	Peix blanc al all i pebre	Prot 45.8
	Pa i fruita	Lip 19.2
Sopar recomanat		

14 DIMARTS

	Enciam, tomaca i ceba	kCal 685.4
	Cigrons estofats	CH 93.1
	Truita francesa amb formatge	Prot 29.5
	Pa integral i fruita	Lip 21.4
Sopar recomanat		

15 DIMECRES

	Enciam, tomaca i cogombre	kCal 481.7
	Sopa de gallina amb hortalisses	CH 39.3
	Mandonguilles amb salsa Espanyola	Prot 38.5
	Pa i fruita	Lip 19.7
Sopar recomanat		

16 DIJOUS

	Amanida completa	kCal 573.4
	Arròs amb fesols i naps	CH 75.1
	Peix de llotja de proximitat	Prot 28.1
	Iogurt i Pa integral	Lip 17.9
Sopar recomanat		

17 DIVENDRES  
Festiu

20	DILLUNS	
	Amanida variada	kCal 694.8
	Llenties a la riojana	CH 78.3
	Lluç a l'americana	Prot 50
	Pa i fruita	Lip 16.8
Sopar recomanat		

21	DIMARTS	
	Enciam, tomaca i olives	kCal 345.2
	Sopa de peix	CH 31.4
	Filet de pollastre amb pèsols	Prot 15.6
	Iogurt i Pa integral	Lip 15.7
Sopar recomanat		

22	DIMECRES	
	Enciam, tomaca i espàrrecs	kCal 496.3
	Espaguetis amb tomaca	CH 65.7
	Peix blau a les fines herbes	Prot 31.1
	Pa i fruita	Lip 12.6
Sopar recomanat		

23	DIJOUS	
	Enciam, taronja i dacsa	kCal 453.4
	Crema de llegums i verdures	CH 38.2
	Truita francesa amb titot	Prot 33.4
	Pa integral i fruita	Lip 19.2
Sopar recomanat		



27	DILLUNS	
	Amanida variada	kCal 583.2
	Macarrons amb tomaca i formatge	CH 70.6
	Bacallà gratinat amb all i oli	Prot 39.4
	Pa i fruita	Lip 16.5
Sopar recomanat		

28	DIMARTS	
	Enciam, tomaca i dacsa	kCal 352
	Sopa minestrone amb llegums	CH 36.16
	Magre amb salsa de tomaca cassolana	Prot 11.17
	Iogurt artesanal i Pa integral	Lip 16.6
Sopar recomanat		

29	DIMECRES	
	Enciam, tomaca i cogombre	kCal 870.1
	Montadito de atún con aceitunas	CH 131.2
	Arrossejat de carn amb aroma de llima	Prot 43.5
	Pa i fruita	Lip 19.4
Sopar recomanat		

30	DIJOUS	
	Enciam, pera i carlota	kCal 663.7
	Potatge de cigrons	CH 92.1
	Truita de creïlla	Prot 30.4
	Pa integral i fruita	Lip 23
Sopar recomanat		

31	DIVENDRES	
	Amanida variada	kCal 657.5
	Fideus a la cassola	CH 75
	Peix de llotja de proximitat	Prot 42.3
	Pa i fruita	Lip 21.4
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](mailto:calidad@sercole.com)