

		1 DIMARTS		2 DIMECRES		3 DIJOUS		4 DIVENDRES	
Vacances		Vacances		Vacances		Vacances		Vacances	
7 DILLUNS		8 DIMARTS		9 DIMECRES		10 DIJOUS		11 DIVENDRES	
Vacances		Vacances		Pasta ECO a la napolitana kCal 413.65		Arròs integral amb salsa de tomaca casolana kCal 743.7		Minestrone amb verdures de temporada ofegades kCal 372.3	
				Pernil dolç en rodanxes i formatge CH 65.02		Ventresca de lluç a l'andalusà CH 92.2		Pollastre rostit al forn amb poma CH 38.96	
				Amanida variada Prot 20.45		Amanida d'encisam, dacs, pera i carlota Prot 30.42		Creïlles daus al forn amb all i pebre roig Prot 19.77	
				Pa i fruita de temporada Lip 8.72		Pa integral i gelat Lip 27.37		Pa i fruita de temporada Lip 15.1	
				Sopar recomanat		Sopar recomanat		Sopar recomanat	
				Carabasseta a la planxa, polp a la graella i fruita		Crema de porros, pernil dolç i fruita		Hamburguesa de lletilles, creïlles a lo pòbre i lacti	
14 DILLUNS		15 DIMARTS		16 DIMECRES		17 DIJOUS		18 DIVENDRES	
Macarrons integrals ECO a la bolonyesa vegetal kCal 584.1		Arròs tres delícies kCal 582.8		Crema tèbia de carabasseta i poma kCal 433.5		Lletilles amb verdures de temporada ECO kCal 753.6		Fideuà de marisc kCal 519.5	
Truita amb titot CH 66.2		Filet de palometa en salsa Mery casolana CH 85.5		Mandonguilles mixtes amb salsa espanyola CH 34.56		Pollastre amb allada CH 71.46		Tosta d'hummus amb pebre roig de la Vera i A.O.V.F. CH 84.7	
Amanida variada Prot 31.8		Amanida d'encisam, tomaca i carlota Prot 27.8		Xampinyons saltats Prot 23.72		Amanida variada amb daus de fruita fresca Prot 43.79		Ensalada de techuga, tomate, maiz y cebolla crujiente Prot 22.6	
Pa i fruita de temporada Lip 21.1		Pa integral i fruita de temporada Lip 13.8		Pa i fruita de temporada Lip 21.89		Pa integral i Iogurt natural artesanal Lip 24.39		Pa i fruita de temporada Lip 8.2	
Sopar recomanat		Sopar recomanat		Sopar recomanat		Sopar recomanat		Sopar recomanat	
Sandvitx vegetal amb verat i lacti		Bajoquetes saltejades, pollastre a la planxa i fruita		Amanida de tomaca i alvocat, titot adobat i fruita		Llenguado a la llima, fesols saltats amb panses i fruita		Albergínies fàrcides de soja texturitzada i lacti	

21	DILLUNS	22	DIMARTS	23	DIMECRES	24	DIJOUS	25	DIVENDRES
Festiu		Festiu		Festiu		Festiu		Festiu	

28	DILLUNS	29	DIMARTS	30	DIMECRES
	Llentilles amb verdures i arròs integral		Tallarins ECO a la carbonara vegetal		Crema temperada amb verdures de temporada
	Truita de carabasseta i formatge		Filet de fogoner al forn amb alioli gratinat		Pa pizza casolà de pernil dolç amb xampinyons
	Amanida variada		Amanida d'enciam, carlota i olives		Amanida d'enciam, tomaca i cogombre ECO
	Pa i fruita de temporada		Pa integral i fruita de temporada		Pa i fruita de temporada
Sopar recomanat		Sopar recomanat		Sopar recomanat	
Espàrrecs amb maionesa, corvina al forn i fruita		Crema de porros, conill a l'adob i fruita		Pimentons verds fregits, sardines i fruita	



								
CEREALS AMB GLUTEN	CRUSTACIS	OU	PEIX	FRUITS DE CLOSCA	LACTIS	MOL·LUSCS	CACAUETS	SOJA
								
API	MOSTASSA	TRAMUSSOS	SULFITS	LACTI ARTESANAL	ECOLÒGIC	POSTRE CASOLÀ		



Bon estiu!

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