

## CEIP Comunitat Valenciana

usuàrio: comunitat\_valenciana  
 contrasenya: 38\_comunitat\_valenciana

Maig - 2026 Mensual Basal

### FRUITES DE TEMPORADA:

Banana, Poma, Pera  
 Maduixot, Taronja

\*El menú inclou 1 ració de pa

DESCARREGA'T LA NOSTRA APP



EL TEU CODI DE CENTRE ÉS: 38

### VALOR DIFERENCIADOR



### AL·LÈRGENS



|  |      |   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|--|------|---|----------------------------------|------|--|------|----|--------|----|----|---|--------|----|--|-----|-------------|--|-----|---|------------|--|---|-------------------------------------|---------|------|------|--|-------------|----|---|--------|------------|---|----|--------------------------|--|-----|---|----------------------------|-----|---|----|---|---|------|--|------|------|--------|--|----|--|--------|--|--|----|-------------|--|-----|---|-----------|-----|----|--|---------|---|---|--|-------------|------|---|--------|------------|---|----|----------------------|--|----|----|---------------------------|-----|--|----|-----|------------------------------|------|--|---|---|--------|--|------|-----------------------------------|--------|--|--|--|-------------|--------|----|--|------------|--|----|---|---------|--|-----|--|-------------|--|-----|-------------------------|------------|---|--|--------------------------|--|--|--|---------------------------------------|--|---|----|---|---------------------------|------|--|------|--|--------|--|----|------------------------------|--------|--|--|--|-------------|--|--|--|-----------|--|----|---|---------|--|--|--|-------------|--|---|------------|------------|---|--|---------------------------|--|--|--|----------------------------|--|---|----|---|---------------------------|------|--|------|--|--------|--|----|---|--------|--|--|--|-------------|--|--|--|-----------|--|----|--|---------|--|--|--|-------------|--|---|------------|------------|---|--|------------------------|--|--|--|----------------------------------|--|
| <table border="1"> <tr><td>E</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td></td></tr> </table>  | E    |   | KCAL                             | PROT |  |      | 1º |        | CA |    |   | FE     | 2º |  | HDC | P           |  | LIP | S |            |  | <table border="1"> <tr><td>E</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td></td></tr> </table> | E                                   |         | KCAL | PROT |  |             | 1º |   | CA     |            |   | FE | 2º                       |  | HDC | P |                            | LIP | S   |    |   | <table border="1"> <tr><td>E</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td></td></tr> </table> | E    |  | KCAL | PROT |        |  | 1º |  | CA     |  |  | FE | 2º          |  | HDC | P |           | LIP | S  |  |         | <table border="1"> <tr><td>E</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>1º</td><td></td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td>2º</td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td>P</td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td></td></tr> </table> | E |  | KCAL        | PROT |   |        | 1º         |   | CA |                      |  | FE | 2º |                           | HDC | P  |    | LIP | S                            |      |  | <table border="1"> <tr><td>1</td><td>E</td><td></td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>PROT</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Festiu</td><td>CA</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>FE</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td></td><td>HDC</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td></td><td>LIP</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table> | 1 | E      |  | KCAL |                                   | PROT   |  |  |  | 1º          | Festiu | CA |  |            |  | FE |   | 2º      |  | HDC |  | P           |  | LIP | S                       |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| E  |      | KCAL  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| PROT   |      |   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 1º   |      | CA  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      | FE  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 2º   |      | HDC   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| P  |      | LIP   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      |   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| E  |      | KCAL  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| PROT   |      |   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 1º   |      | CA  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      | FE  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 2º   |      | HDC   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| P  |      | LIP   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      |   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| E  |      | KCAL  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| PROT   |      |   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 1º   |      | CA  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      | FE  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 2º   |      | HDC   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| P  |      | LIP   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      |   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| E  |      | KCAL  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| PROT   |      |   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 1º   |      | CA  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      | FE  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 2º   |      | HDC   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| P  |      | LIP   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      |   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 1  | E    |   | KCAL                             |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | PROT |   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 1º   | Festiu  | CA                               |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | FE                               |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 2º   |   | HDC                              |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | P    |   | LIP                              |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      |   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| <table border="1"> <tr><td>4</td><td>E</td><td>Ensalada de verdres de temporada</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>PROT</td><td></td><td>763,90</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Lentilles amb verdres de temporada</td><td>42,39g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>CA 329,28mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>FE 9,53mg</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Truita d'algberina i formatge fresc</td><td>72,07g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>HDC 72,07g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruita</td><td>LIP 33,97g</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Carabasseta a la plantxa</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Peix blanc /Fruita</td><td></td></tr> </table> | 4    | E   | Ensalada de verdres de temporada | KCAL |  | PROT |    | 763,90 |    | 1º | Lentilles amb verdres de temporada        | 42,39g |    |  |     | CA 329,28mg |  |     |   | FE 9,53mg  |  | 2º  | Truita d'algberina i formatge fresc | 72,07g  |      |      |  | HDC 72,07g  |    | P | Fruita | LIP 33,97g | S |    | Carabasseta a la plantxa |  |     |   | Peix blanc /Fruita         |     | <table border="1"> <tr><td>5</td><td>E</td><td>Torrada d'hummus</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>PROT</td><td></td><td>801,41</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Amanida d'espivals amb vegetals, tomàquet i cherry</td><td>35,23g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>CA 174,75mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>FE 6,66mg</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Lluç a la riojana</td><td>145,83g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>HDC 145,83g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruita</td><td>LIP 26,91g</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Broquetes de verdres</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Carn blanca /Fruita</td><td></td></tr> </table>                                   | 5  | E | Torrada d'hummus  | KCAL |  | PROT |      | 801,41 |  | 1º | Amanida d'espivals amb vegetals, tomàquet i cherry | 35,23g |  |  |    | CA 174,75mg |  |     |   | FE 6,66mg |     | 2º | Lluç a la riojana                          | 145,83g |   |   |  | HDC 145,83g |      | P | Fruita | LIP 26,91g | S |    | Broquetes de verdres |  |    |    | Carn blanca /Fruita       |     | <table border="1"> <tr><td>6</td><td>E</td><td>Xips de iuca</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>PROT</td><td></td><td>770,65</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Amanida completa amb tonyina i ou</td><td>41,00g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>CA 300,28mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>FE 4,76mg</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Paella valenciana amb pollastre de camp</td><td>101,23g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>HDC 101,23g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Iogurt</td><td>LIP 22,31g</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Gaspatxo</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Pizza casolana de verdres fresques de</td><td></td></tr> </table>     | 6  | E   | Xips de iuca                 | KCAL |  | PROT  |   | 770,65 |  | 1º   | Amanida completa amb tonyina i ou | 41,00g |  |  |  | CA 300,28mg |        |    |  | FE 4,76mg  |  | 2º | Paella valenciana amb pollastre de camp           | 101,23g |  |     |  | HDC 101,23g |  | P   | Iogurt                  | LIP 22,31g | S |  | Gaspatxo                 |  |  |  | Pizza casolana de verdres fresques de |  | <table border="1"> <tr><td>7</td><td>E</td><td>Ensalada fresca ecològica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>PROT</td><td></td><td>641,36</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Abadejo al forn amb verdres</td><td>27,55g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>CA 232,42mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>FE 8,47mg</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Estofat de cigrons amb verdres i triturat</td><td>78,93g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>HDC 78,93g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruita ECO</td><td>LIP 24,26g</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Minestra saltejada</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Carn d'au /Fruita</td><td></td></tr> </table>       | 7  | E | Ensalada fresca ecològica | KCAL |  | PROT |  | 641,36 |  | 1º | Abadejo al forn amb verdres  | 27,55g |  |  |  | CA 232,42mg |  |  |  | FE 8,47mg |  | 2º | Estofat de cigrons amb verdres i triturat         | 78,93g  |  |  |  | HDC 78,93g  |  | P | Fruita ECO | LIP 24,26g | S |  | Minestra saltejada        |  |  |  | Carn d'au /Fruita          |  | <table border="1"> <tr><td>8</td><td>E</td><td>Ensalada fresca ecològica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>PROT</td><td></td><td>877,74</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Crema mediterrània amb verdres de temporada amb tostons integrals</td><td>18,48g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>CA 146,45mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>FE 5,51mg</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Longanisses amb samfaina</td><td>87,86g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>HDC 87,86g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruita</td><td>LIP 50,96g</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Fesols tendres ofegats</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Truita de creilla i ceba /Fruita</td><td></td></tr> </table> | 8  | E | Ensalada fresca ecològica | KCAL |  | PROT |  | 877,74 |  | 1º | Crema mediterrània amb verdres de temporada amb tostons integrals | 18,48g |  |  |  | CA 146,45mg |  |  |  | FE 5,51mg |  | 2º | Longanisses amb samfaina                           | 87,86g  |  |  |  | HDC 87,86g  |  | P | Fruita     | LIP 50,96g | S |  | Fesols tendres ofegats |  |  |  | Truita de creilla i ceba /Fruita |  |
| 4  | E    | Ensalada de verdres de temporada                                  | KCAL                             |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | PROT |   | 763,90                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 1º   | Lentilles amb verdres de temporada                                | 42,39g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | CA 329,28mg                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | FE 9,53mg                        |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 2º   | Truita d'algberina i formatge fresc                               | 72,07g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | HDC 72,07g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | P    | Fruita  | LIP 33,97g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      | Carabasseta a la plantxa  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      | Peix blanc /Fruita  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 5  | E    | Torrada d'hummus  | KCAL                             |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | PROT |   | 801,41                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 1º   | Amanida d'espivals amb vegetals, tomàquet i cherry                | 35,23g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | CA 174,75mg                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | FE 6,66mg                        |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 2º   | Lluç a la riojana   | 145,83g                          |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | HDC 145,83g                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | P    | Fruita  | LIP 26,91g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      | Broquetes de verdres  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      | Carn blanca /Fruita   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 6  | E    | Xips de iuca  | KCAL                             |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | PROT |   | 770,65                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 1º   | Amanida completa amb tonyina i ou                                 | 41,00g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | CA 300,28mg                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | FE 4,76mg                        |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 2º   | Paella valenciana amb pollastre de camp                           | 101,23g                          |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | HDC 101,23g                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | P    | Iogurt  | LIP 22,31g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      | Gaspatxo  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      | Pizza casolana de verdres fresques de                             |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 7  | E    | Ensalada fresca ecològica   | KCAL                             |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | PROT |   | 641,36                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 1º   | Abadejo al forn amb verdres                                       | 27,55g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | CA 232,42mg                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | FE 8,47mg                        |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 2º   | Estofat de cigrons amb verdres i triturat                         | 78,93g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | HDC 78,93g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | P    | Fruita ECO  | LIP 24,26g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      | Minestra saltejada  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      | Carn d'au /Fruita   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 8  | E    | Ensalada fresca ecològica   | KCAL                             |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | PROT |   | 877,74                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 1º   | Crema mediterrània amb verdres de temporada amb tostons integrals | 18,48g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | CA 146,45mg                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | FE 5,51mg                        |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 2º   | Longanisses amb samfaina  | 87,86g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | HDC 87,86g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | P    | Fruita  | LIP 50,96g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      | Fesols tendres ofegats  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      | Truita de creilla i ceba /Fruita                                  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| <table border="1"> <tr><td>11</td><td>E</td><td>Ensalada de verdres de temporada</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>PROT</td><td></td><td>803,18</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Espaguetis integrals a la italiana</td><td>33,37g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>CA 321,59mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>FE 5,96mg</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Lluç a la provençal amb pèsols</td><td>112,10g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>HDC 112,10g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruita</td><td>LIP 26,50g</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Tosta d'hummus</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Carn blanca magra /Fruita</td><td></td></tr> </table>      | 11   | E   | Ensalada de verdres de temporada | KCAL |  | PROT |    | 803,18 |    | 1º | Espaguetis integrals a la italiana        | 33,37g |    |  |     | CA 321,59mg |  |     |   | FE 5,96mg  |  | 2º  | Lluç a la provençal amb pèsols      | 112,10g |      |      |  | HDC 112,10g |    | P | Fruita | LIP 26,50g | S |    | Tosta d'hummus           |  |     |   | Carn blanca magra /Fruita  |     | <table border="1"> <tr><td>12</td><td>E</td><td>Bastonets de carlota amb salsa de iogurt</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>PROT</td><td></td><td>797,40</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Ensalada de creilla, vegetals i olives amb ou dur</td><td>36,36g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>CA 189,91mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>FE 5,58mg</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Titot al curri amb blat tendre</td><td>87,01g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>HDC 87,01g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruita</td><td>LIP 38,12g</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Panolla amb sal</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Peix a la llima /Fruita</td><td></td></tr> </table> | 12 | E | Bastonets de carlota amb salsa de iogurt  | KCAL |  | PROT |      | 797,40 |  | 1º | Ensalada de creilla, vegetals i olives amb ou dur  | 36,36g |  |  |    | CA 189,91mg |  |     |   | FE 5,58mg |     | 2º | Titot al curri amb blat tendre             | 87,01g  |   |   |  | HDC 87,01g  |      | P | Fruita | LIP 38,12g | S |    | Panolla amb sal      |  |    |    | Peix a la llima /Fruita   |     | <table border="1"> <tr><td>13</td><td>E</td><td>Gaspatxo andalús</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>PROT</td><td></td><td>885,49</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Abadejo en salsa</td><td>38,54g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>CA 157,79mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>FE 9,25mg</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Arròs al forn (cigró, costella, creilla i tomaca)</td><td>116,42g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>HDC 116,42g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruita</td><td>LIP 30,43g</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Crema de carlota</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Quiche de verdres /Fruita</td><td></td></tr> </table>           | 13 | E   | Gaspatxo andalús             | KCAL |  | PROT  |   | 885,49 |  | 1º   | Abadejo en salsa                  | 38,54g |  |  |  | CA 157,79mg |        |    |  | FE 9,25mg  |  | 2º | Arròs al forn (cigró, costella, creilla i tomaca) | 116,42g |  |     |  | HDC 116,42g |  | P   | Fruita                  | LIP 30,43g | S |  | Crema de carlota         |  |  |  | Quiche de verdres /Fruita             |  | <table border="1"> <tr><td>14</td><td>E</td><td>Ensalada fresca ecològica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>PROT</td><td></td><td>783,82</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Ous bellavista</td><td>34,97g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>CA 387,64mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>FE 9,44mg</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Fabada vegetal</td><td>72,35g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>HDC 72,35g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Iogurt</td><td>LIP 39,33g</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Pèssols amb pernil i ceba</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Broquetes de titot /Fruita</td><td></td></tr> </table>                                  | 14 | E | Ensalada fresca ecològica | KCAL |  | PROT |  | 783,82 |  | 1º | Ous bellavista               | 34,97g |  |  |  | CA 387,64mg |  |  |  | FE 9,44mg |  | 2º | Fabada vegetal                                    | 72,35g  |  |  |  | HDC 72,35g  |  | P | Iogurt     | LIP 39,33g | S |  | Pèssols amb pernil i ceba |  |  |  | Broquetes de titot /Fruita |  | <table border="1"> <tr><td>15</td><td>E</td><td>Ensalada fresca ecològica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>PROT</td><td></td><td>820,52</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Sopa minestrone</td><td>45,54g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>CA 132,23mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>FE 6,05mg</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Pollastre al forn amb creilles rostides</td><td>123,29g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>HDC 123,29g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruita ECO</td><td>LIP 32,71g</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Amanida completa</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Remenat d'espinaçs /Fruita</td><td></td></tr> </table>   | 15 | E | Ensalada fresca ecològica | KCAL |  | PROT |  | 820,52 |  | 1º | Sopa minestrone   | 45,54g |  |  |  | CA 132,23mg |  |  |  | FE 6,05mg |  | 2º | Pollastre al forn amb creilles rostides            | 123,29g |  |  |  | HDC 123,29g |  | P | Fruita ECO | LIP 32,71g | S |  | Amanida completa       |  |  |  | Remenat d'espinaçs /Fruita       |  |
| 11   | E    | Ensalada de verdres de temporada                                  | KCAL                             |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | PROT |   | 803,18                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 1º   | Espaguetis integrals a la italiana                                | 33,37g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | CA 321,59mg                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | FE 5,96mg                        |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 2º   | Lluç a la provençal amb pèsols                                    | 112,10g                          |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | HDC 112,10g                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | P    | Fruita  | LIP 26,50g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      | Tosta d'hummus  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      | Carn blanca magra /Fruita   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 12   | E    | Bastonets de carlota amb salsa de iogurt                          | KCAL                             |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | PROT |   | 797,40                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 1º   | Ensalada de creilla, vegetals i olives amb ou dur                 | 36,36g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | CA 189,91mg                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | FE 5,58mg                        |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 2º   | Titot al curri amb blat tendre                                    | 87,01g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | HDC 87,01g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | P    | Fruita  | LIP 38,12g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      | Panolla amb sal   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      | Peix a la llima /Fruita   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 13   | E    | Gaspatxo andalús  | KCAL                             |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | PROT |   | 885,49                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 1º   | Abadejo en salsa  | 38,54g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | CA 157,79mg                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | FE 9,25mg                        |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 2º   | Arròs al forn (cigró, costella, creilla i tomaca)                 | 116,42g                          |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | HDC 116,42g                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | P    | Fruita  | LIP 30,43g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      | Crema de carlota  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      | Quiche de verdres /Fruita   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 14   | E    | Ensalada fresca ecològica   | KCAL                             |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | PROT |   | 783,82                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 1º   | Ous bellavista  | 34,97g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | CA 387,64mg                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | FE 9,44mg                        |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 2º   | Fabada vegetal  | 72,35g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | HDC 72,35g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | P    | Iogurt  | LIP 39,33g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      | Pèssols amb pernil i ceba   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      | Broquetes de titot /Fruita  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 15   | E    | Ensalada fresca ecològica   | KCAL                             |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | PROT |   | 820,52                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 1º   | Sopa minestrone   | 45,54g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | CA 132,23mg                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | FE 6,05mg                        |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 2º   | Pollastre al forn amb creilles rostides                           | 123,29g                          |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | HDC 123,29g                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | P    | Fruita ECO  | LIP 32,71g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      | Amanida completa  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      | Remenat d'espinaçs /Fruita  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| <table border="1"> <tr><td>18</td><td>E</td><td>Ensalada de verdres de temporada</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>PROT</td><td></td><td>777,80</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Lentilles amb verdres i poma</td><td>38,60g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>CA 256,47mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>FE 12,25mg</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Abadejo a la biscaïna</td><td>103,93g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>HDC 103,93g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruita</td><td>LIP 23,35g</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Bròquil al vapor</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Carn magra de porc /Fruita</td><td></td></tr> </table>                 | 18   | E   | Ensalada de verdres de temporada | KCAL |  | PROT |    | 777,80 |    | 1º | Lentilles amb verdres i poma              | 38,60g |    |  |     | CA 256,47mg |  |     |   | FE 12,25mg |  | 2º  | Abadejo a la biscaïna               | 103,93g |      |      |  | HDC 103,93g |    | P | Fruita | LIP 23,35g | S |    | Bròquil al vapor         |  |     |   | Carn magra de porc /Fruita |     | <table border="1"> <tr><td>19</td><td>E</td><td>Ensalada de verdres de temporada</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>PROT</td><td></td><td>806,85</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Arròs tres delícies</td><td>34,80g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>CA 114,08mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>FE 5,44mg</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Goulash de magre amb cous cous</td><td>97,46g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>HDC 97,46g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruita</td><td>LIP 33,10g</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Gaspatxo</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Peix al papillote /Fruita</td><td></td></tr> </table>  | 19 | E | Ensalada de verdres de temporada  | KCAL |  | PROT |      | 806,85 |  | 1º | Arròs tres delícies                                | 34,80g |  |  |    | CA 114,08mg |  |     |   | FE 5,44mg |     | 2º | Goulash de magre amb cous cous             | 97,46g  |   |   |  | HDC 97,46g  |      | P | Fruita | LIP 33,10g | S |    | Gaspatxo             |  |    |    | Peix al papillote /Fruita |     | <table border="1"> <tr><td>20</td><td>E</td><td>RECEPTA GUANYADORA 9ª EDICIÓ</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>PROT</td><td></td><td>875,37</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Fideua de titot i xampinyons</td><td>64,98g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>CA 450,76mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>FE 12,60mg</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Truita de formatge amb amanida</td><td>111,41g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>HDC 111,41g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruita ECO</td><td>LIP 42,93g</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Carabasseta a la plantxa</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Carn d'au /Fruita</td><td></td></tr> </table> | 20 | E   | RECEPTA GUANYADORA 9ª EDICIÓ | KCAL |  | PROT  |   | 875,37 |  | 1º   | Fideua de titot i xampinyons      | 64,98g |  |  |  | CA 450,76mg |        |    |  | FE 12,60mg |  | 2º | Truita de formatge amb amanida                    | 111,41g |  |     |  | HDC 111,41g |  | P   | Fruita ECO              | LIP 42,93g | S |  | Carabasseta a la plantxa |  |  |  | Carn d'au /Fruita                     |  | <table border="1"> <tr><td>21</td><td>E</td><td>Chupito de crema de meló</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>PROT</td><td></td><td>998,71</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Cigrons estofats amb verdres</td><td>51,63g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>CA 450,38mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>FE 9,68mg</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Pollastre al forn amb creilles rostides 'tex-mex'</td><td>108,35g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>HDC 108,35g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Iogurt</td><td>LIP 40,18g</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Crema de verdres</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Peix blanc /Fruita</td><td></td></tr> </table> | 21 | E | Chupito de crema de meló  | KCAL |  | PROT |  | 998,71 |  | 1º | Cigrons estofats amb verdres | 51,63g |  |  |  | CA 450,38mg |  |  |  | FE 9,68mg |  | 2º | Pollastre al forn amb creilles rostides 'tex-mex' | 108,35g |  |  |  | HDC 108,35g |  | P | Iogurt     | LIP 40,18g | S |  | Crema de verdres          |  |  |  | Peix blanc /Fruita         |  | <table border="1"> <tr><td>22</td><td>E</td><td>Ensalada fresca ecològica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>PROT</td><td></td><td>711,96</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Lluç a la marinera</td><td>42,84g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>CA 278,27mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>FE 6,05mg</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Macarrons amb bolonyesa vegetal, tomata i formatge</td><td>123,22g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>HDC 123,22g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruita</td><td>LIP 21,91g</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Amanida completa</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Ous al plat /Fruita</td><td></td></tr> </table>                                      | 22 | E | Ensalada fresca ecològica | KCAL |  | PROT |  | 711,96 |  | 1º | Lluç a la marinera  | 42,84g |  |  |  | CA 278,27mg |  |  |  | FE 6,05mg |  | 2º | Macarrons amb bolonyesa vegetal, tomata i formatge | 123,22g |  |  |  | HDC 123,22g |  | P | Fruita     | LIP 21,91g | S |  | Amanida completa       |  |  |  | Ous al plat /Fruita              |  |
| 18   | E    | Ensalada de verdres de temporada                                  | KCAL                             |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | PROT |   | 777,80                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 1º   | Lentilles amb verdres i poma                                      | 38,60g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | CA 256,47mg                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | FE 12,25mg                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 2º   | Abadejo a la biscaïna   | 103,93g                          |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | HDC 103,93g                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | P    | Fruita  | LIP 23,35g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      | Bròquil al vapor  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      | Carn magra de porc /Fruita  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 19   | E    | Ensalada de verdres de temporada                                  | KCAL                             |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | PROT |   | 806,85                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 1º   | Arròs tres delícies   | 34,80g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | CA 114,08mg                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | FE 5,44mg                        |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 2º   | Goulash de magre amb cous cous                                    | 97,46g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | HDC 97,46g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | P    | Fruita  | LIP 33,10g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      | Gaspatxo  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      | Peix al papillote /Fruita   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 20   | E    | RECEPTA GUANYADORA 9ª EDICIÓ                                      | KCAL                             |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | PROT |   | 875,37                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 1º   | Fideua de titot i xampinyons                                      | 64,98g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | CA 450,76mg                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | FE 12,60mg                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 2º   | Truita de formatge amb amanida                                    | 111,41g                          |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | HDC 111,41g                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | P    | Fruita ECO  | LIP 42,93g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      | Carabasseta a la plantxa  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      | Carn d'au /Fruita   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 21   | E    | Chupito de crema de meló  | KCAL                             |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | PROT |   | 998,71                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 1º   | Cigrons estofats amb verdres                                      | 51,63g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | CA 450,38mg                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | FE 9,68mg                        |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 2º   | Pollastre al forn amb creilles rostides 'tex-mex'                 | 108,35g                          |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | HDC 108,35g                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | P    | Iogurt  | LIP 40,18g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      | Crema de verdres  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      | Peix blanc /Fruita  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 22   | E    | Ensalada fresca ecològica   | KCAL                             |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | PROT |   | 711,96                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 1º   | Lluç a la marinera  | 42,84g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | CA 278,27mg                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | FE 6,05mg                        |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 2º   | Macarrons amb bolonyesa vegetal, tomata i formatge                | 123,22g                          |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | HDC 123,22g                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | P    | Fruita  | LIP 21,91g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      | Amanida completa  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      | Ous al plat /Fruita   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| <table border="1"> <tr><td>25</td><td>E</td><td>Humus de cigrons</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>PROT</td><td></td><td>758,28</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Ensalada de pasta amb vegetals i formatge</td><td>36,76g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>CA 257,12mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>FE 6,84mg</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Maire enfarinat amb bròquil</td><td>123,27g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>HDC 123,27g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruita</td><td>LIP 26,15g</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Minestra saltejada</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Carn roja magra /Fruita</td><td></td></tr> </table>                | 25   | E   | Humus de cigrons                 | KCAL |  | PROT |    | 758,28 |    | 1º | Ensalada de pasta amb vegetals i formatge | 36,76g |    |  |     | CA 257,12mg |  |     |   | FE 6,84mg  |  | 2º  | Maire enfarinat amb bròquil         | 123,27g |      |      |  | HDC 123,27g |    | P | Fruita | LIP 26,15g | S |    | Minestra saltejada       |  |     |   | Carn roja magra /Fruita    |     | <table border="1"> <tr><td>26</td><td>E</td><td>Ensalada de verdres de temporada</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>PROT</td><td></td><td>845,05</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Sopa d'au amb verdres</td><td>26,84g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>CA 141,98mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>FE 6,38mg</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Truita de creilles amb pa, tomaca i pernil</td><td>112,83g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>HDC 112,83g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruita</td><td>LIP 44,37g</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Graellada de verdres</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Peix blanc /Fruita</td><td></td></tr> </table>                       | 26 | E | Ensalada de verdres de temporada  | KCAL |  | PROT |      | 845,05 |  | 1º | Sopa d'au amb verdres                              | 26,84g |  |  |    | CA 141,98mg |  |     |   | FE 6,38mg |     | 2º | Truita de creilles amb pa, tomaca i pernil | 112,83g |   |   |  | HDC 112,83g |      | P | Fruita | LIP 44,37g | S |    | Graellada de verdres |  |    |    | Peix blanc /Fruita        |     | <table border="1"> <tr><td>27</td><td>E</td><td>MOVIE FEST</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>PROT</td><td></td><td>954,78</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Bacon cheese fries</td><td>29,27g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>CA 533,97mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>FE 3,39mg</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Hamburguesa Paramount amb anelles de ceba</td><td>74,67g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>HDC 74,67g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Batut de llet i fruites</td><td>59,25g</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Gaspatxo</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Truita de verdura /Fruita</td><td></td></tr> </table>                    | 27 | E   | MOVIE FEST                   | KCAL |  | PROT  |   | 954,78 |  | 1º   | Bacon cheese fries                | 29,27g |  |  |  | CA 533,97mg |        |    |  | FE 3,39mg  |  | 2º | Hamburguesa Paramount amb anelles de ceba         | 74,67g  |  |     |  | HDC 74,67g  |  | P   | Batut de llet i fruites | 59,25g     | S |  | Gaspatxo                 |  |  |  | Truita de verdura /Fruita             |  | <table border="1"> <tr><td>28</td><td>E</td><td>Ensalada fresca ecològica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>PROT</td><td></td><td>842,47</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Coca de verdres gratinada</td><td>26,85g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>CA 198,51mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>FE 9,44mg</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Lentilles amb verdres P/ECO</td><td>111,38g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>HDC 111,38g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruita ECO</td><td>LIP 33,08g</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Wok de verdres</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Carn d'au /Fruita</td><td></td></tr> </table>                        | 28 | E | Ensalada fresca ecològica | KCAL |  | PROT |  | 842,47 |  | 1º | Coca de verdres gratinada    | 26,85g |  |  |  | CA 198,51mg |  |  |  | FE 9,44mg |  | 2º | Lentilles amb verdres P/ECO                       | 111,38g |  |  |  | HDC 111,38g |  | P | Fruita ECO | LIP 33,08g | S |  | Wok de verdres            |  |  |  | Carn d'au /Fruita          |  | <table border="1"> <tr><td>29</td><td>E</td><td>Ensalada fresca ecològica</td><td>KCAL</td></tr> <tr><td></td><td>PROT</td><td></td><td>817,25</td></tr> <tr><td></td><td>1º</td><td>Abadejo en salsa mery</td><td>27,27g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>CA 137,50mg</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>FE 5,41mg</td></tr> <tr><td></td><td>2º</td><td>Arròs amb pollastre de corral i alvocat</td><td>101,17g</td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td>HDC 101,17g</td></tr> <tr><td></td><td>P</td><td>Fruita</td><td>LIP 34,47g</td></tr> <tr><td>S</td><td></td><td>Tosta d'hummus</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td>Peix a la llima /Fruita</td><td></td></tr> </table>  | 29 | E | Ensalada fresca ecològica | KCAL |  | PROT |  | 817,25 |  | 1º | Abadejo en salsa mery   | 27,27g |  |  |  | CA 137,50mg |  |  |  | FE 5,41mg |  | 2º | Arròs amb pollastre de corral i alvocat            | 101,17g |  |  |  | HDC 101,17g |  | P | Fruita     | LIP 34,47g | S |  | Tosta d'hummus         |  |  |  | Peix a la llima /Fruita          |  |
| 25   | E    | Humus de cigrons  | KCAL                             |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | PROT |   | 758,28                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 1º   | Ensalada de pasta amb vegetals i formatge                         | 36,76g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | CA 257,12mg                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | FE 6,84mg                        |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 2º   | Maire enfarinat amb bròquil                                       | 123,27g                          |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | HDC 123,27g                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | P    | Fruita  | LIP 26,15g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      | Minestra saltejada  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      | Carn roja magra /Fruita   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 26   | E    | Ensalada de verdres de temporada                                  | KCAL                             |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | PROT |   | 845,05                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 1º   | Sopa d'au amb verdres   | 26,84g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | CA 141,98mg                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | FE 6,38mg                        |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 2º   | Truita de creilles amb pa, tomaca i pernil                        | 112,83g                          |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | HDC 112,83g                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | P    | Fruita  | LIP 44,37g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      | Graellada de verdres  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      | Peix blanc /Fruita  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 27   | E    | MOVIE FEST  | KCAL                             |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | PROT |   | 954,78                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 1º   | Bacon cheese fries  | 29,27g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | CA 533,97mg                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | FE 3,39mg                        |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 2º   | Hamburguesa Paramount amb anelles de ceba                         | 74,67g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | HDC 74,67g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | P    | Batut de llet i fruites   | 59,25g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      | Gaspatxo  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      | Truita de verdura /Fruita   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 28   | E    | Ensalada fresca ecològica   | KCAL                             |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | PROT |   | 842,47                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 1º   | Coca de verdres gratinada   | 26,85g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | CA 198,51mg                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | FE 9,44mg                        |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 2º   | Lentilles amb verdres P/ECO                                       | 111,38g                          |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | HDC 111,38g                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | P    | Fruita ECO  | LIP 33,08g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      | Wok de verdres  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      | Carn d'au /Fruita   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| 29   | E    | Ensalada fresca ecològica   | KCAL                             |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | PROT |   | 817,25                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 1º   | Abadejo en salsa mery   | 27,27g                           |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | CA 137,50mg                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | FE 5,41mg                        |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | 2º   | Arròs amb pollastre de corral i alvocat                           | 101,17g                          |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      |   | HDC 101,17g                      |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  | P    | Fruita  | LIP 34,47g                       |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
| S  |      | Tosta d'hummus  |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |
|  |      | Peix a la llima /Fruita   |                                  |      |  |      |    |        |    |    |   |        |    |  |     |             |  |     |   |            |  |   |                                     |         |      |      |  |             |    |   |        |            |   |    |                          |  |     |   |                            |     |   |    |   |   |      |  |      |      |        |  |    |  |        |  |  |    |             |  |     |   |           |     |    |  |         |   |   |  |             |      |   |        |            |   |    |                      |  |    |    |                           |     |  |    |     |                              |      |  |   |   |        |  |      |                                   |        |  |  |  |             |        |    |  |            |  |    |   |         |  |     |  |             |  |     |                         |            |   |  |                          |  |  |  |                                       |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |                              |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |   |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                           |  |  |  |                            |  |   |    |   |                           |      |  |      |  |        |  |    |   |        |  |  |  |             |  |  |  |           |  |    |  |         |  |  |  |             |  |   |            |            |   |  |                        |  |  |  |                                  |  |

Avda. 1º de Mayo (esq. Bailén) - 46100 Burjassot (València)  
 T. 963 169 106 / F. 963 169 107 - www.colevisa.com  
 colevisa@colevisa.com - www.facebook.com/colevisa

Disposen de menús adaptats a l'edat dels xiquets, dietes, al·lèrgies, celiàquia, etc. L'avaluació nutricional es basa en el grup d'edat. Els nostres menús es preparen d'acord amb les directrius de la "Guia de menús de menjadors escolars" de la Generalitat Valenciana.

La informació sobre els al·lèrgens està disponible en la cuina i en la direcció del centre. Es donarà pa integral un dia a la setmana.



|    |      |    |      |    |      |    |      |    |         |      |
|----|------|----|------|----|------|----|------|----|---------|------|
| E  | KCAL | E  | KCAL | E  | KCAL | E  | KCAL | 1  | E       | KCAL |
| 1º | PROT | 1º | PROT | 1º | PROT | 1º | PROT | 1º | Festivo | PROT |
| 2º | CA   | 2º | CA   | 2º | CA   | 2º | CA   | 2º |         | CA   |
| P  | FE   | P  | FE   | P  | FE   | P  | FE   | P  |         | FE   |
|    | HDC  |    | HDC  |    | HDC  |    | HDC  |    |         | HDC  |
|    | LIP  |    | LIP  |    | LIP  |    | LIP  |    |         | LIP  |
| S  |      | S  |      | S  |      | S  |      | S  |         |      |

## CEIP Comunitat Valenciana

usuario: comunitat\_valenciana  
 contraseña: 38\_comunitat\_valenciana

Mayo - 2026 Mensual Basal

### FRUTAS DE TEMPORADA:

Banana, Manzana, Pera  
 Fresón, Naranja

\*El menú incluye 1 ración de pan

|   |    |  |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|---|----|--|------|--------|------|--------|----|----------|----|--------|-----|---------|-----|--------|---|
| 4 | E  | Ensalada de verduras de temporada                                    | KCAL | 763,90 | PROT | 42,39g | CA | 329,62mg | FE | 9,53mg | HDC | 72,07g  | LIP | 33,97g | S |
|   | 1º | Lentejas con verduras de temporada                                   |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|   | 2º | Tortilla de berenjena y queso fresco                                 |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|   | P  | Fruta  |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| S |    | Calabacín a la plancha<br>Pescado blanco /Fruta                      |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| 5 | E  | Tosta de hummus  | KCAL | 801,41 | PROT | 35,23g | CA | 174,75mg | FE | 6,66mg | HDC | 145,83g | LIP | 26,91g | S |
|   | 1º | Ensalada de espirales, vegetales y cherrys                           |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|   | 2º | Merluza a la riojana   |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|   | P  | Fruta  |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| S |    | Brochetas de verduras<br>Carne blanca /Fruta                         |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| 6 | E  | Chips de yuca  | KCAL | 770,65 | PROT | 41,00g | CA | 300,26mg | FE | 4,76mg | HDC | 101,23g | LIP | 22,31g | S |
|   | 1º | Ensalada completa con atún y huevo                                   |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|   | 2º | Paella valenciana con pollo de campo                                 |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|   | P  | Yogur  |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| S |    | Gazpacho<br>Pizza casera de verduras frescas de temporada            |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| 7 | E  | Ensalada fresca ecológica  | KCAL | 641,36 | PROT | 27,55g | CA | 232,42mg | FE | 8,47mg | HDC | 78,93g  | LIP | 24,26g | S |
|   | 1º | Bacalao al horno con verduras  |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|   | 2º | Estofado de garbanzos con verduras y majado                          |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|   | P  | Fruta ECO  |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| S |    | Menestra salteada<br>Carne de ave /Fruta                             |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| 8 | E  | Ensalada fresca ecológica  | KCAL | 877,74 | PROT | 18,48g | CA | 146,45mg | FE | 5,51mg | HDC | 87,86g  | LIP | 50,96g | S |
|   | 1º | Crema mediterránea con verduras de temporada con tostones integrales |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|   | 2º | Longanizas con samfaina  |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|   | P  | Fruta  |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| S |    | Judías verdes rehogadas<br>Tortilla de patata y cebolla /Fruta       |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |

|    |    |   |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|----|----|---|------|--------|------|--------|----|----------|----|--------|-----|---------|-----|--------|---|
| 11 | E  | Ensalada de verduras de temporada                         | KCAL | 803,18 | PROT | 33,37g | CA | 321,59mg | FE | 5,96mg | HDC | 112,10g | LIP | 26,50g | S |
|    | 1º | Espaguetis integrales a la italiana                       |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|    | 2º | Merluza a la provenzal con guisantes                      |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|    | P  | Fruta   |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| S  |    | Tosta de hummus<br>Carne blanca magra /Fruta              |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| 12 | E  | Bastoncitos de zanahoria con salsa de yogur               | KCAL | 797,40 | PROT | 36,36g | CA | 189,91mg | FE | 5,58mg | HDC | 87,01g  | LIP | 38,12g | S |
|    | 1º | Ensalada de patata, vegetales y aceitunas con huevo duro  |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|    | 2º | Pavo al curry con trigo tierno                            |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|    | P  | Fruta   |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| S  |    | Mazorca de maíz con sal<br>Pescado al limón /Fruta        |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| 13 | E  | Gazpacho andaluz  | KCAL | 885,49 | PROT | 38,54g | CA | 157,79mg | FE | 9,25mg | HDC | 116,42g | LIP | 30,43g | S |
|    | 1º | Abadejo en salsa  |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|    | 2º | Arroz al horno (garbanzo, costilla, patata y tomate)      |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|    | P  | Fruta   |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| S  |    | Crema de zanahoria<br>Quiche de verduras /Fruta           |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| 14 | E  | Ensalada fresca ecológica                                 | KCAL | 783,82 | PROT | 34,97g | CA | 387,64mg | FE | 9,44mg | HDC | 72,35g  | LIP | 39,33g | S |
|    | 1º | Huevos bellavista   |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|    | 2º | Fabada vegetal  |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|    | P  | Yogur   |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| S  |    | Guisantes con cebolla y jamón<br>Brochetas de pavo /Fruta |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| 15 | E  | Ensalada fresca ecológica                                 | KCAL | 820,52 | PROT | 45,54g | CA | 132,23mg | FE | 6,05mg | HDC | 123,29g | LIP | 32,71g | S |
|    | 1º | Sopa minestrone   |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|    | 2º | Pollo al horno con patatas asadas                         |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|    | P  | Fruta ECO   |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| S  |    | Ensalada completa<br>Revuelto de espinacas /Fruta         |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |

|    |    |   |      |        |      |        |    |          |    |         |     |         |     |        |   |
|----|----|---|------|--------|------|--------|----|----------|----|---------|-----|---------|-----|--------|---|
| 18 | E  | Ensalada de verduras de temporada                                   | KCAL | 777,80 | PROT | 38,60g | CA | 256,47mg | FE | 10,25mg | HDC | 103,93g | LIP | 23,35g | S |
|    | 1º | Lentejas con verduras y manzana                                     |      |        |      |        |    |          |    |         |     |         |     |        |   |
|    | 2º | Abadejo a la vizcaína   |      |        |      |        |    |          |    |         |     |         |     |        |   |
|    | P  | Fruta   |      |        |      |        |    |          |    |         |     |         |     |        |   |
| S  |    | Brócoli al vapor<br>Carne magra de cerdo /Fruta                     |      |        |      |        |    |          |    |         |     |         |     |        |   |
| 19 | E  | Ensalada de verduras de temporada                                   | KCAL | 806,85 | PROT | 34,80g | CA | 114,08mg | FE | 5,44mg  | HDC | 97,46g  | LIP | 33,10g | S |
|    | 1º | Arroz tres delicias   |      |        |      |        |    |          |    |         |     |         |     |        |   |
|    | 2º | Goulash de magro con cous cous                                      |      |        |      |        |    |          |    |         |     |         |     |        |   |
|    | P  | Fruta   |      |        |      |        |    |          |    |         |     |         |     |        |   |
| S  |    | Gazpacho<br>Pescado al papillote /Fruta                             |      |        |      |        |    |          |    |         |     |         |     |        |   |
| 20 | E  | <b>RECETA GANADORA 9ª EDICIÓN</b><br>Hummus de garbanzos con nachos | KCAL | 875,37 | PROT | 64,98g | CA | 450,76mg | FE | 12,60mg | HDC | 111,41g | LIP | 42,93g | S |
|    | 1º | Fideua de pavo y champiñones  |      |        |      |        |    |          |    |         |     |         |     |        |   |
|    | 2º | Tortilla de queso con ensalada                                      |      |        |      |        |    |          |    |         |     |         |     |        |   |
|    | P  | Fruta ECO   |      |        |      |        |    |          |    |         |     |         |     |        |   |
| S  |    | Calabacín a la plancha<br>Carne de ave /Fruta                       |      |        |      |        |    |          |    |         |     |         |     |        |   |
| 21 | E  | Chupito de crema de melón   | KCAL | 998,71 | PROT | 51,63g | CA | 450,38mg | FE | 9,68mg  | HDC | 108,35g | LIP | 40,18g | S |
|    | 1º | Garbanzos estofados con verduras                                    |      |        |      |        |    |          |    |         |     |         |     |        |   |
|    | 2º | Pollo al horno con patatas asadas tex-mex                           |      |        |      |        |    |          |    |         |     |         |     |        |   |
|    | P  | Yogur   |      |        |      |        |    |          |    |         |     |         |     |        |   |
| S  |    | Crema de verduras<br>Pescado blanco /Fruta                          |      |        |      |        |    |          |    |         |     |         |     |        |   |
| 22 | E  | Ensalada fresca ecológica   | KCAL | 711,96 | PROT | 42,84g | CA | 278,27mg | FE | 6,05mg  | HDC | 123,22g | LIP | 21,91g | S |
|    | 1º | Merluza a la marinera   |      |        |      |        |    |          |    |         |     |         |     |        |   |
|    | 2º | Macarrones con boloñesa vegetal, tomate y queso                     |      |        |      |        |    |          |    |         |     |         |     |        |   |
|    | P  | Fruta   |      |        |      |        |    |          |    |         |     |         |     |        |   |
| S  |    | Ensalada completa<br>Huevos al plato /Fruta                         |      |        |      |        |    |          |    |         |     |         |     |        |   |

|    |    |   |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|----|----|---|------|--------|------|--------|----|----------|----|--------|-----|---------|-----|--------|---|
| 25 | E  | Hummus de garbanzos                             | KCAL | 758,28 | PROT | 36,76g | CA | 257,12mg | FE | 6,84mg | HDC | 123,27g | LIP | 26,15g | S |
|    | 1º | Ensalada de coditos con vegetales y queso       |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|    | 2º | Bacaladilla enharinada con brócoli              |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|    | P  | Fruta   |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| S  |    | Menestra salteada<br>Carne roja magra /Fruta    |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| 26 | E  | Ensalada de verduras de temporada               | KCAL | 845,05 | PROT | 26,84g | CA | 141,98mg | FE | 6,38mg | HDC | 112,83g | LIP | 44,37g | S |
|    | 1º | Sopa de ave con verduras                        |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|    | 2º | Tortilla de patata con pan, tomate y jamón      |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|    | P  | Fruta   |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| S  |    | Parrillada de verduras<br>Pescado blanco /Fruta |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| 27 | E  | <b>MOVIE FEST</b><br>Ensalada California        | KCAL | 954,78 | PROT | 29,27g | CA | 533,97mg | FE | 3,39mg | HDC | 74,67g  | LIP | 59,25g | S |
|    | 1º | Bacon cheese fries                              |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|    | 2º | Hamburguesa Paramount con aros de cebolla       |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|    | P  | Batido de leche y frutas                        |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| S  |    | Gazpacho<br>Tortilla de verdura /Fruta          |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| 28 | E  | Ensalada fresca ecológica                       | KCAL | 842,47 | PROT | 26,85g | CA | 198,51mg | FE | 9,44mg | HDC | 111,38g | LIP | 33,08g | S |
|    | 1º | Coca de verduras gratinada                      |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|    | 2º | Lentejas a la jardinera P/ECO                   |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|    | P  | Fruta ECO                                       |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| S  |    | Wok de verduras<br>Carne de ave /Fruta          |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| 29 | E  | Ensalada fresca ecológica                       | KCAL | 817,25 | PROT | 27,27g | CA | 137,50mg | FE | 5,41mg | HDC | 101,17g | LIP | 34,47g | S |
|    | 1º | Abadejo en salsa mery                           |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|    | 2º | Arroz de pollo y aguacate                       |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
|    | P  | Fruta   |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |
| S  |    | Tosta de hummus<br>Pescado al limón /Fruta      |      |        |      |        |    |          |    |        |     |         |     |        |   |

DESCARGA NUESTRA APP

TU CÓDIGO DE CENTRO ES: 38

### VALOR DIFERENCIADOR

