



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
		<p>1</p> <p>ENSALADA ESPECIAL AMB ENCIAM, TOMACA, CARLOTA, OLIVES, DACSA, TONYINA I OU BULLIT</p> <p>FIDEUÀ AMB GALLINETA, CAP DE RAP, CALAMARS I CLÒTXINES</p> <p>MONA DE PASCUA CASERA AMB XOCOLATINA</p> <p>CEBAT FLAÏ I PÀ</p> <p>A 3,4,5,7,8,9,12</p>	2	3
6	7	8	9	10
13	14	15	16	17
20	21	22	23	24
27	28	29	30	

\* Conté colorant alimentari. Pot tindre efectes negatius sobre l'activitat i atenció dels xiquets.



## Valoració nutricional

Sense fruits secs

Per portar un estil de vida saludable hem de tindre una alimentació equilibrada, en la qual, els diferents tipus de nutrients tinguen presència en una determinada quantitat o percentage. A continuació et mostrem un resum de les proporcions de proteïnes, carbohidrats i greixos dels aliments que prenem durant els menjars d'aquest menú.

Dia del mes	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
<b>Carbohidrats</b>	111													70	92	68	100			80	57	49	72	87			93	86	55	94	
<b>Proteïnes</b>	40													19	18	27	39			22	33	19	33	38			13	20	22	32	
<b>Greixos</b>	22													15	26	23	25			21	20	18	26	31			13	13	20	21	
<b>Calories</b>	829													501	677	599	779			605	544	442	683	796			549	557	497	694	

Aquest mes comentarem les qualitats de...

