



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	VALORACIÓ
			1	2	Energia 3260 Kj 780 Kcal LIP 31.7 g AGS 8.0 g HC 88.7 g Sucre 26.2 g Proteïnes 35.2 g Sal 2.0 g
			Encisam, cogombre, dacsà i carlota [6] Pa integral amb tomata i formatge fresc artesà [1] [2] Paella valenciana [6] Fruita	Amanida de creïlla i tonyina [3] [4] [6] Peix fresc amb hummus [4] Pa integral i fruita [1]	
5	6	7	8	9	Energia 2898 Kj 693 Kcal LIP 28.3 g AGS 6.8 g HC 77.8 g Sucre 25.0 g Proteïnes 31.3 g Sal 2.5 g
Encisam, carlota, tomata i cogombre [6] Llenties eco estofades amb carlota [1] [6] Truita francesa [3] Pa integral i fruita [1]	Amanida de pasta eco amb tomata, dacsà i formatge [1] [2] [6] Aladroc en adob [1] [2] [3] [4] [6] [10] [11] [12] Pa integral i fruita [1]	Mezclum, tomata i olives Sopa de verdures [1] [3] [6] Mandonguilles amb tomata [6] Pa integral i llet [1] [2]	Encisam, cogombre, dacsà i carlota [6] Tosta integral de tomata, olives i cavalla [1] [4] Arròs amb rap [4] [5] [6] [13] Fruita	Encisam, tomata, formatge i pipes [2] [6] [7] [8] [9] [12] [14] Crema de cigrons eco [6] Pollastre amb tomata i carabasseta [6] Pa integral i fruita [1]	
12	13	14	15	16	Energia 2890 Kj 691 Kcal LIP 25.5 g AGS 6.2 g HC 84.5 g Sucre 27.9 g Proteïnes 27.8 g Sal 2.5 g
Encisam, carlota, tomata i cogombre [6] Pasta integral a la bolonyesa vegetal [1] [3] [6] [7] [10] [12] [14] Burger vegetal [1] [2] [3] [7] Pa integral i fruita [1]	Encisam, cogombre, dacsà i carlota [6] Llenties eco de l'horta [1] [6] Truita de creïlla [3] [6] Pa integral i fruita [1]	Mezclum, tomata i olives Crema de garrofó i carlota [6] Bunyols de bacallà i quètxup casolà [3] [4] [6] Pa integral i iogurt artesà [1] [2]	Picada d'encisam juliana, tomata, dacsà i olives Tosta integral de tonyina i ou [3] [4] Arròs amb secret [6] Fruita [1]	Encisam, tomata, formatge i pipes [2] [6] [7] [8] [9] [12] [14] Sopa d'au amb fideus eco [1] [6] Carn de titot estofada amb carlota i xampinyons [6] Pa integral i fruita [1]	
19	20	21			Energia 2851 Kj 682 Kcal LIP 26.5 g AGS 6.7 g HC 85.1 g Sucre 20.6 g Proteïnes 21.8 g Sal 2.8 g
Mix d'amanida Crema de pèsols i porro [6] Truita de formatge amb xips vegetals [2] [3] [6] Pa integral i fruita [1]	Amanida de pasta eco [1] [2] [6] Croquetes d'espínacs [1] [2] [7] [12] Pa integral i fruita [1]	Mix d'amanida Arròs amb tomata [6] Burger mixta amb xips de creïlla [6] Gelats i pa integral [1] [2]			

- [1] Gluten
- [2] Lactis
- [3] Ou
- [4] Peix
- [5] Mol·luscs
- [6] SO<sub>2</sub>, sulfits
- [7] Sèsam
- [8] Cacauets
- [9] Tramussos
- [10] Mostassa
- [11] Api
- [12] Soia
- [13] Crustacis
- [14] Fruits de closca

No cuinem amb potenciadors del sabor ni colorants artificials. Incloem lactis de proximitat amb reducció de sucre enfront d'edicions anteriors.

El nostre menú inclou vegetals frescos de temporada: meló d'Alger, meló, bresquilla, plàtan, pera, poma, kiwi, pinya, cabdell, carabassa, carabasseta, ceba, porro, cogombre, moniato, nap, carlota i espínacs

Menú recomendado y validado nutricionalmente por la dietista - nutricionista colegiada nº CV00639