

# Menú desembre

## IES MAESTRAT

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous
Ensalada de lombarda i panses 5,6,7,8,12, Arròs amb tomata Bacallà al forn 4, Pa 1, Fruita del temps L  2  K:717,G:12,S:2,H:110,P:32	Ensalada de carabassa i olives verdes 10,12, Macarrons amb ceba i tonyina 3,7,1,4, Truita de moniato 3, Pa 1, Fruita del temps M  3  K:874,G:34,S:3,H:101,P:33	Ensalada de remolatxa i espinacs 12, Fesols amb carabassa Titot amb taronja Pa 1, Fruita del temps X  4  K:778,G:26,S:5,H:84,P:37	Ensalada de poma i carlota Sopa d'au 1,6,10, Maire fresc en tempura 1,4, Pa 1, Trinxat de brècol Iogurt d'ovella artesà 7.  5  K:879,G:34,S:7,H:90,P:38
Ensalada de carabassa i lombarda. Llentilles estofades Truita de formatge 3,7, Pa 1, Fruita del temps L  9  K:692,G:29,S:6,H:69,P:32	Ensalada de carlota i ceba Crema de colflor i fesols 1,5,6,7,8,11, Lluc gratinat 4,1,6,10, Pa 1, Xips de moniato al forn Fruita del temps M  10  K:666,G:17,S:3,H:82,P:32	Ensalada de lombarda i olives verdes 10,12, Sopa de putxero + cigrons amb pilota 1,6,10, Pa 1, Fruita del temps X  11  K:742,G:20,S:4,H:97,P:33	Ensalada de remolatxa i carabassa 12, Entrant: Mandonguilles de llegums 1,3, Lasanya bolonyesa 3,7,1,2,6,8,9,10,11,14, Pa 1, Fruita del temps J  12  K:944,G:35,S:7,H:114,P:32
Ensalada de lombarda i panses 5,6,7,8,12, Taurons al pesto roig 5,8,11,12,13,3,7,1,6,10, Truita de carlota i ceba 3, Pa 1, Fruita del temps L  16  K:787,G:30,S:4,H:97,P:26	Ensalada de carabassa i olives verdes 10,12, Potatge de cigrons Coca de verdures gratinada 3,7,1, Pa 1, Fruita del temps M  17  K:819,G:27,S:4,H:108,P:25	Ensalada d'espinacs i carlota Crema de bròquil 1,5,6,7,8,11, Pollastre al forn amb carabassa Pa 1, Fruita del temps X  18  K:969,G:37,S:10,H:85,P:63	Picaeta (Olives farcides i snacks) 2,4,8,7,12, Hamburguesa especial amb creïlles 7,12, Torró de xocolata  19  K:779,G:25,S:5,H:89,P:39
<b>FESTIU</b> 23	<b>FESTIU</b> 24	<b>FESTIU</b> 25	<b>FESTIU</b> 26
<b>FESTIU</b> 30	<b>FESTIU</b> 31	<b>FESTIU</b> 1	<b>FESTIU</b> 2

Dades nutricionals: K:Valor Energètic kcal, G:Grasas, S:Grasas saturades, H: Hidrats de carboni, P:Proteïnes

