

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous
30	31	1	2
6	7	8	9
13	14	15	16
20	21	22	23
27	28	29	30
Ensalada de poma, carlota i olives 10,12, Llenties estofades Lluç amb llima 4, Pa 1, Fruita del temps L Crema de carabassa + pollastre al forn amb salsa d' ametlles + fruita K:589,G:16,S:3,H:73,P:31	Ensalada de carabassa, olives i lombarda 10,12, Espaguetis carbonara vegetal 7,1, Truita de tonyina 3,4, Pa 1, Fruita del temps M Crema de bròquil + quesadilles + fruita K:817,G:33,S:4,H:92,P:34	Ensalada de remolatxa i espinacs 12, Crema de colflor 1,5,6,7,8,11, Titot amb prunes i cuscús 5,8,1,6,10, Pa 1, Fruita del temps X Fingers de verdures cassolanes de bròquil, carlota, creïlles i ou + fruita K:810,G:23,S:4,H:102,P:36	Ensalada de carabassa i olives 10,12, Sopa de lletres 1,3,6,10, Peix blau fresc (A) en tempura 4,1, Pa 1, Xips de moniato al forn Fruita del temps J Brotxetes de titot + espàrrecs verds a la planxa + lacti K:730,G:25,S:5,H:82,P:35
Ensalada de poma, carlota i olives 10,12, Llenties estofades Lluç amb llima 4, Pa 1, Fruita del temps L Crema de carabassa + pollastre al forn amb salsa d' ametlles + fruita K:589,G:16,S:3,H:73,P:31	Ensalada de lombarda i carabassa. Arròs amb tomata Truita de moniato 3, Pa 1, Fruita del temps M Llobarro al forn + amanida de poma + lacti K:856,G:32,S:3,H:107,P:24	Ensalada de remolatxa i espinacs 12, Crema de colflor 1,5,6,7,8,11, Titot amb prunes i cuscús 5,8,1,6,10, Pa 1, Fruita del temps X Fingers de verdures cassolanes de bròquil, carlota, creïlles i ou + fruita K:810,G:23,S:4,H:102,P:36	Ensalada de carabassa i olives 10,12, Entrant: Mandonguilles de llegums 1,3, Fideuà 1,3,2,4,14, Pa 1, Iogurt artesà amb melmelada 7, Fruita del temps W Ous amb xips de boniato + fruita K:1056,G:38,S:4,H:130,P:34
Ensalada de carlota, lombarda i pera Macarrons amb tonyina 1,4, Truita de creïlla i carlota 3, Pa 1, Fruita del temps L Calamars amb salsa de ceba + fruita K:872,G:32,S:3,H:103,P:39	Ensalada de carabassa i olives negres Crema de bròquil 1,5,6,7,8,11, Bacallà gratinat amb all i oli 4,3, Pa 1, Fruita del temps M Aletes de pollastre + tempura de verdures + fruita K:693,G:19,S:2,H:87,P:32	Ensalada d'espínacs i carlota Olleta de la Plana Fricandó de llomello 1, Pa 1, Fruita del temps X Lluç al forn amb carxofes + fruita K:899,G:44,S:12,H:80,P:32	Ensalada de lombarda i olives 10,12, Sopa de fideus 1,6,10, Peix blau fresc (A) en tempura 4,1, Pa 1, Creïlles al forn Iogurt artesà 7, Truita de pernil salat + fruita K:735,G:28,S:7,H:77,P:39
Ensalada de carabassa, olives i lombarda 10,12, Espirals gratinats 7,1,3,6,10, Gallineta arrebossada 1,3,4, Pa 1, Samfaina d'hivern Fruita del temps L ou a la planxa + fruita K:984,G:41,S:7,H:107,P:39	Ensalada de taronja i carlota 12, Llenties amb espinacs Coca de verdures gratinada 7,1, Pa 1, Fruita del temps M Xulletes de titot amb saltat d'olis tendres i puerros + fruita K:808,G:26,S:4,H:106,P:25	Ensalada d'espínacs i panses 5,6,7,8,12, Crema de carabassa 1,5,6,7,8,11, Pollastre rostit amb verdures Pa 1, Fruita del temps X Aiadrocxs fregits + creïlles al forn + fruita K:858,G:29,S:6,H:88,P:52	Ensalada de remolatxa i pipes 5,8,11,12,13, Ous farcits amb tomata i ametlla 8,3, Arròs amb galeres i carxofes 2,4,14, Pa 1, Fruita del temps J Costelles al forn + wok de verdures + fruita K:774,G:26,S:4,H:99,P:29

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

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10  11  12  13  14 