



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	VALORACIÓ
Encisam, tomata, remolatxa i dacs Pasta integral napolitana [1] [3] [6] [10] [12] Truita de carabasseta blanc [3] Pa integral i fruita [1]	Mezclum, tomata, cogombre i carlota Llentilles eco amb porro [1] [6] Bunyols de bacallà [3] [4] Quètxup casolà [6] Pa integral i fruita [1]	Encisam, tomata, poma i llavors [6] [7] [8] [9] [12] [14] Sopa de gallina amb fideu eco [1] [6] "Goulash" de tito [6] Pa integral i llet [1] [2]	Amanida completa Arròs al forn [6] Pa integral i fruita [1]	Encisam, tomata, olives i formatge [2] Crema de pèsols i boniato [6] Peix fresc [4] [6] Pa integral i fruita [1]	Energia 2881 Kj 689 Kcal LIP 26.4 g AGS 6.1 g HC 82.9 g Sucre 25.3 g Proteïnes 27.0 g Sal 2.4 g
	10	11		13	
	Encisam, tomata, remolatxa i dacs Plomes integrals a la bolonyesa vegetal [1] [3] [6] [7] [10] [12] [14] Burger de coliflor [1] [2] [3] [7] Pa integral i fruita [1]	Encisam, tomata, poma i llavors [6] [7] [8] [9] [12] [14] Crema de llentilla roja i carlota [1] [6] Gallineta amb tempura [4] [5] [6] [13] Pa integral i iogurt artesà [1] [2]		Encisam, tomata, cogombre i carlota "Fajita" murciana [1] [4] Arròs caldós [6] Pa integral i fruita [1]	Energia 3346 Kj 800 Kcal LIP 30.5 g AGS 7.0 g HC 98.7 g Sucre 25.2 g Proteïnes 31.8 g Sal 2.8 g
16	17	18	19	20	
Encisam, tomata, remolatxa i dacs Llentilles eco amb bledes [1] [6] Croquetes d'espinaç [1] [2] [7] [12] Tomata casse Pa integral i fruita [1]	Mezclum, tomata, cogombre i carlota Pizza casolana de tonyina [1] [2] [3] [4] [6] [7] [10] [11] [12] [14] Truita de carlota i porro [3] Pa integral i fruita [1]	Encisam, tomata, cogombre i carlota Crema de carabasseta amb formatge [2] [6] Llonganisses amb tomata [6] Creïlles a la brava [6] Pa integral y "torrija" [1] [2] [3] [12]	Encisam, tomata, poma i llavors [6] [7] [8] [9] [12] [14] Cigrons amb tomata i ou [3] [6] Xulla de titot amb saltat de panís [1] [2] [6] [9] [12] Pa integral i fruita [1]	Encisam, tomata, olives i formatge [2] Arròs amb salsa de tomata i verdures [6] Peix fresc [4] [5] [13] Pa integral i fruita [1]	Energia 2942 Kj 704 Kcal LIP 30.9 g AGS 8.0 g HC 74.2 g Sucre 23.8 g Proteïnes 29.5 g Sal 3.5 g
23	24	25	26	27	
Amanida de creïlla [3] [4] [6] Lluç amb "tempura" de cigró [4] Pa integral i fruita [1]	Mezclum, tomata, cogombre i carlota Fideuà de verdures [1] [3] [12] Allioli casolà [2] [6] Truita de bròcoli i formatge [2] [3] Pa integral i fruita [1]	Encisam, tomata, poma i llavors [6] [7] [8] [9] [12] [14] Olleta del Maestrat [6] Pollastre al forn amb nap [6] Pa integral i iogurt artesà [1] [2]	Encisam, tomata, cogombre i carlota Tomata natural amb formatge fresc artesà i "AOVE" [2] Arròs del senyoret [4] [5] [6] [13] Pa integral i fruita [1]	Encisam, tomata, olives i formatge [2] Crema de garrofó [6] Medallons de rellom estofats [6] Pa integral i fruita [1]	Energia 3386 Kj 810 Kcal LIP 35.1 g AGS 8.0 g HC 84.6 g Sucre 26.5 g Proteïnes 34.8 g Sal 2.7 g
30	31				
Encisam, tomata, remolatxa i dacs Llentilles eco estofades amb carlota [1] [6] Truita de creïlla [3] [6] Pa integral i fruita [1]	Mezclum, tomata, cogombre i carlota Crema de carabassa [6] Lasanya de peix [1] [2] [4] [5] [6] [13] Pa integral i fruita [1]				Energia 2489 Kj 595 Kcal LIP 16.6 g AGS 4.5 g HC 84.4 g Sucre 29.8 g Proteïnes 23.0 g Sal 2.3 g



[1] Gluten



[2] Lactis



[3] Ou



[4] Peix



[5] Mol·luscs



[6] SO2, 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: taronja, plàtan, pera, poma, kiwi, pinya, col de cabdell, carabassa, carabasseta, ceba, porro, bròcoli, moniato, nap, carlota i espinaçs