



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	VALORACIÓ	
				1	Encisam, tomaca, formatge i llavors de gira-sol [2] [6] [7] [8] [9] [12] [14] Formatge fresc artesà amb tomata [2] Rossejat de fideus amb sèpia [1] [3] [4] [5] [6] [10] [12] [13] Pa integral i fruita [1]	Energia 3522 Kj 843 Kcal LIP 38.6 g AGS 11.6 g HC 88.5 g Sucre 27.8 g Proteïnes 39.0 g Sal 2.6 g
4	5	6	7	8		
Encisam, carlota, remolatxa i llavors de gira-sol [6] [7] [8] [9] [12] [14] Llentilles eco amb espinacs [1] [6] Truita de creïlla i ceba tendra [3] [6] Pa integral i fruita [1]	Encisam, poma, panses i col llombarda [8] [14] Espaguetis integrals a la bolonyesa [1] [2] [3] [6] [10] [12] Croquetes de carlota [1] [2] [7] [12] Pa integral i fruita [1]	Encisam, tomata, carlota i olives Sopa coberta amb fideu eco [1] [6] "Goulash" de tito [6] Pa integral i iogurt artesà [1] [2]	Mezclum, pinya i carlota [6] Picada de tonyina, tomaca natural i olives [4] Arròs caldós [3] [6] [12] Pa integral i fruita [1]	Encisam, tomaca, formatge i llavors de gira-sol [2] [6] [7] [8] [9] [12] [14] Crema de pésols i porro [6] Peix fresc [4] Pa integral i fruita [1]	Energia 2933 Kj 702 Kcal LIP 27.2 g AGS 6.1 g HC 80.1 g Sucre 25.7 g Proteïnes 31.7 g Sal 2.5 g	
11	12	13	14	15		
Encisam, carlota, remolatxa i llavors de gira-sol [6] [7] [8] [9] [12] [14] Guisat de creïlla a la jardinera [6] Ventresca enfarinada [4] Pa integral i fruita [1]	Encisam, poma, panses i col llombarda [8] [14] Potatge de cigrons eco amb carabassa i cabdell [6] Remenat amb porro i formatge [2] [3] Pa integral i fruita [1]	Encisam, tomata, carlota i olives Crema de llegums eco [6] Vedella guisada [6] Cous cous [1] [6] Pa integral i mocador faller [1]	Mezclum, pinya i carlota [6] Sopa de verdures amb fideus eco [1] [6] Pollastre al forn amb nap [6] Pa integral i fruita [1]	Encisam, tomaca, formatge i llavors de gira-sol [2] [6] [7] [8] [9] [12] [14] Verat desmigat, tomata natural i rodanxes d'oliva [4] Arròs amb rap [4] [5] [6] [13] Pa integral i fruita [1]	Energia 2706 Kj 647 Kcal LIP 28.3 g AGS 6.7 g HC 73.6 g Sucre 27.5 g Proteïnes 28.2 g Sal 2.3 g	
		20	21	22		
		Encisam, tomata, carlota i olives Llentilles eco amb bledes [1] [6] Nuggets vegetals [1] [2] [3] Salsa barbacoa casolana [6] [10] Pa integral i llet [1] [2]	Mezclum, pinya i carlota [6] Daus de formatge fresc amb mermelada de tomata casolana [2] Arròs caldós [6] Pa integral i fruita [1]	Encisam, tomaca, formatge i llavors de gira-sol [2] [6] [7] [8] [9] [12] [14] Crema de bròquil i moniato [6] Peix fresc [4] Pa integral i fruita [1]	Energia 2727 Kj 652 Kcal LIP 26.1 g AGS 7.3 g HC 77.0 g Sucre 26.3 g Proteïnes 26.3 g Sal 2.3 g	
25	26	27				
Amanida d'hivern amb taronja i anous [1] [8] [14] Tortilla d'arròs [3] [6] Pa integral i fruita [1]	Encisam, poma, panses i col llombarda [8] [14] Olla del Maestrat [6] Fajita murciana [1] [4] Fruita i postre de Pasqua	Dia de les Paelles			Energia 2937 Kj 703 Kcal LIP 27.1 g AGS 5.7 g HC 92.6 g Sucre 27.2 g Proteïnes 22.5 g Sal 2.0 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 espinacs

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