

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				1 Festiu
4 Ensalada d'encisam, carlota i pinya Llentilles amb carabasseta i carlota Truita francesa amb daus de moniato Fruita de temporada Pa blanc	5 Ensalada completa amb formatge fresc, tonyina i cruixent de ceba Arròs melós de marisc Iogurt de sabors Pabanc	6 Ensalada amb encisam, llombarda i pipes en salsa de iogurt Potatge de cigrons Llonganisses trossejades amb saltat mediterrani Fruita de temporada Pa integral	7 Ensalada d'encisam, tomaca i picada de variants Espirals integrals napolitana Abadejo Orly Crudités Fruita de temporada Pa blanc	8 Ensalada mesclum amb tomaca i cigró cruixent a la vinagreta de llima Crema de carlota ecològica Estofat de titot a la jardineria amb daus de creïlla Fruita de temporada Pa blanc
Kcal. 749 h.c. 73,4 lip. 36,6 p. 28,6 Creïlla al forn - Lluç a la taronja - Fruita	Kcal. 624 h.c. 85,4 lip. 24,1 p. 17,6 Espàrrecs saltats - Pollastre al forn amb moniato - Fruita	Kcal. 807 h.c. 78,1 lip. 41,0 p. 27,7 Ensalada amb tonyina - Fajita de soja texturada i verdura - Fruita	Kcal. 685 h.c. 79,8 lip. 24,9 p. 33,3 Ensalada de quinoa - Regirat formatge i xampinyó - Fruita	Kcal. 718 h.c. 62,5 lip. 36,0 p. 33,4 Ensalada de pasta - Pollastre contracuixa amb pimentó roig i ceba - Fruita
11 Ensalada mezclum, brots i olives laminades Sopa d'arròs amb caldo casolà Flamenquines Humus Fruita de temporada Pa blanc	12 Ensalada d'encisam, tomaca i carlota Crema castellana (puré de cigrons amb creïlla espinac, carlota, tomaca i ceba) Magre de pernil trossejat en salsa Fruita de temporada Pa blanc	13 Ensalada amb iceberg, alvocat i olives negres laminades Macarrons integrals amb salsa de formatge Lluç en salsa verda Fruita de temporada Pa integral	14 Ensalada d'espinacs, poma i remolatxa Olleta alacantina Regirat d'ou amb tomaca amanida Fruita ecològica Pa blanc	15 Ensalada al fresc Terra càlida Contracuixa free Gelat Pa blanc
Kcal. 729 h.c. 69,0 lip. 38,0 p. 27,2 Ensalada de pasta - Tonyina rostida en salsa de tomaca - Fruita	Kcal. 520 h.c. 62,6 lip. 14,4 p. 32,7 Moniato al forn - Titot amb allada - Fruita	Kcal. 580 h.c. 72,9 lip. 20,9 p. 23,8 Ensalada de formatge i fruita seca en pols - Falàfel amb salsa de iogurt - Fruita	Kcal. 545 h.c. 60,9 lip. 23,6 p. 19,4 Creïlla i carabassa bullida - Llenguado en salsa de tomaca - Fruita	Kcal. 462 h.c. 42,1 lip. 21,9 p. 24,1 Crema de verdures - Truita de formatge - Fruita
18 Ensalada d'encisam, carlota i col Llentilles amb verdures eco Truita amb tonyina Fruita de temporada Pa blanc	19 Ensalada amb encisam, alvocat, i dacsa Arròs melós amb pollastre i verdura Formatge fresc amb oli d'alfabega Fruita de temporada Pa blanc	20 Ensalada d'encisam, carlota i pinya Cigrons amb espinacs Escòrpora en tempura casolana amb saltat de bladers, gambes i alls tendres Iogurt natural amb mango triturat Pa integral	21 Ensalada d'iceberg, tomaca i olives verdes laminades Bullit (creïlla, carlota i fesols tendres trossejats) Pernil rostit trossejat amb pimentó Fruita de temporada Pa blanc	22 Ensalada pollastre amb salsa iogurt Lasanya casolana de bolonyesa vegetal amb verdures ECO Truita francesa Fruita de temporada Pa blanc
Kcal. 625 h.c. 62,7 lip. 26,6 p. 31,9 Moniato rostit - Titot amb herbes, ceba i all - Fruita	Kcal. 621 h.c. 82,4 lip. 25,2 p. 17,5 Ensalada de creïlla - Truita amb bolets - Fruita	Kcal. 674 h.c. 68,0 lip. 26,4 p. 35,0 Estofat de pollastre en salsa amb arròs - Fruita	Kcal. 456 h.c. 46,3 lip. 19,0 p. 23,9 Hummus de cigrons i remolatxa - Hamburguesa vegetal - Fruita	Kcal. 963 h.c. 97,6 lip. 41,7 p. 45,7 Fesols tendres estofats - Salmó - Fruita
25 Ensalada amb encisam, taronja i dacsa Puré de carabasseta i carlota amb herbasana Mandonguilles de bovi i porc trossejades al curri Fruita de temporada Pa blanc	26 Ensalada de canonges, tomaca i dacsa Fesols saltats amb verdures Pizza veggie casolana Fruita de temporada Pa blanc	27 Ensalada mezclum, brots i olives laminades Guisat mariner Contracuixa trossejada al chillindrón amb albergínia ofegada Fruita de temporada Pa integral	28 Ensalada amb remolatxa i col copada Llentilles ecològiques estofades amb verdures Papillote de salmó trossejat amb verdures eco Fruita de temporada Pa blanc	29 Ensalada d'encisam, carlota i olives negres laminades Arròs amb tomaca Truita amb formatget Iogurt artesà Pa blanc
Kcal. 565 h.c. 59,9 lip. 28,7 p. 13,6 Ensalada russa - Albergínia amb tonyina gratinada - Fruita	Kcal. 650 h.c. 95,8 lip. 16,2 p. 26,5 Ensalada d'arròs - Truita de ceba - Fruita	Kcal. 634 h.c. 44,3 lip. 29,1 p. 48,8 Ensalada de llentilles - Pannini de verdures - Fruita	Kcal. 639 h.c. 74,9 lip. 22,8 p. 30,7 Bastons de moniato - Pollastre Alfredo amb Espinacs - Fruita	Kcal. 748 h.c. 101,1 lip. 27,5 p. 24,2 Ensalada de quinoa - Porc agredolç amb mel - Fruita

Escoliar-mes5-10pc-C-entrante-cenas

