

# Menu abril

## CEIP L'ALBEA

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
Ensalada de pipes i rave. 13,8,7,12,1,5,11, Llentilles estofades Coca de verdures 1, Fruita del temps L 29 Saltat de bledes amb tahin, iogurt i pinyons + xulletes de titot + fruita K:874,G:29,S:2,H:116,P:23	Ensalada de poma i carlota Espirals amb salsa de carabassa 1,3, Truita de cavalla 3,4,6, Fruita del temps M 30 Crema de pèsols i poma + sàndvitch vegetal + fruita K:831,G:31,S:5,H:98,P:34	Ensalada de lombarda i olives verdes 12,13, Sopa de fideus 1, Hamburguesa especial 7, Fruita del temps X 31 Coliflor amb tempura + lluç al forn + fruita K:784,G:26,S:11,H:69,P:46	1 2	2
5	6	7	8	9
12	Ensalada de carlota i ceba Arròs amb tomata Truita francesa 3, Fruita del temps M 13 Brotxetes de pollastre + saltat de colflor + fruita K:855,G:34,S:6,H:103,P:26	Ensalada de lombarda i olives verdes 12,13, Crema de pèsols Pollastre al forn amb poma Fruita del temps X 14 Guisat de rape amb creïlles i carlota + fruita K:984,G:39,S:10,H:81,P:69	Ensalada de remolatxa i pipes 13,8,7,12,1,5,11, Macarrons gratinats 1,7, Peix fresc (B) arrebossat 1,4, Fruita del temps J 15 Crema de porros i pera + croquetes de llentilles rojes + làcti K:887,G:28,S:5,H:118,P:35	Ensalada de nap i poma Sopa i putxero de cigrons amb pilota 1,3, Iogurt artèsà amb melmelada 7, 16 Boniato farcit d'ou i formatge + fruita K:808,G:23,S:6,H:98,P:35
Ensalada de carabassa i lombarda. Llentilles amb espinacs Bacallà al forn amb all i oli 4,3, Fruita del temps L 19 Cuscus amb verdures i vedella + fruita K:646,G:17,S:2,H:79,P:34	Ensalada de remolatxa i pipes 13,8,7,12,1,5,11, Espirals carbonara vegetal 1,3,7, Truita de creïlles i ceba 3, Fruita del temps M 20 Lluç amb samfaina + fruita K:922,G:38,S:8,H:105,P:33	Ensalada de carlota i ceba Crema de porro Pit de pollastre amb taronja Fruita del temps X 21 Papillote de llobarro amb verdures + làcti K:614,G:18,S:4,H:73,P:32	Ensalada d'espinacs i panses 5,8, Olla de la Plana Peix blau fresc(A) en tempura 4,1, Iogurt artèsà Cuinatur 7, 22 Saltejat amb titot amb anacards + xips de kale + fruita K:738,G:30,S:10,H:73,P:33	Ensalada de poma i carlota Pa amb oli i formatge fresc 1,7, Arròs al forn Fruita del temps V 23 "Quiche" d'espinacs amb beixamel + fruita K:840,G:37,S:12,H:101,P:24
Ensalada de pipes i rave. 13,8,7,12,1,5,11, Espaguëtis amb tomata i olives 1,12,13, Lluç amb all i pebre 4, Fruita del temps L 26 Truita de carabasseta + fruita K:768,G:22,S:4,H:105,P:32	Ensalada de lombarda i olives verdes 12,13, Cigrons amb cardets Coca de verdures 1, Fruita del temps M 27 Conill saltejat + bròquil amb carlota + fruita K:925,G:29,S:2,H:124,P:26	Ensalada de remolatxa i espinacs Crema de coliflor Pollastre amb pernil i carlota 7, Fruita del temps X 28 Tortetes de dacsà amb farcit vegetal + làcti K:818,G:30,S:6,H:75,P:52	Ensalada de pera i fenoll Ous farcits amb tomata i ametla 3,8, Arròs del senyoret 2,4,14, Iogurt artèsà amb melmelada 7, 29 Sàndvix integral vegetal + fruita K:936,G:34,S:6,H:112,P:32	Ensalada de carabassa i lombarda. Sopa d'au 1, Hamburguesa amb pèsols Fruita del temps V 30 Albergínies gratinades farcides amb bolonyesa vegetal + fruita K:839,G:25,S:7,H:87,P:42

Datos nutricionales: K:Valor Energetico kcal, G:Grasas, S:Grasas saturadas, H: Hidratos de carbono, P:Proteínas

K:827,G:28,S:6,H:95,P:35

1  2  3  4  5  6  7  8  9  10  11  12  13  14   
 Gluten Crustáceos Huevos Pescados Cacahuetes Soja Lácteos Frusto Secos Apio Mostaza Sésamo Sulfitos Altramucos Moluscos