

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



ECOLÒGICS : Un cop a la setmana pasta, arròs, carn, fruita i verdures.
Un cop cada dos setmanes llegums.



PROXIMITAT: Pollastre, llonganissa, fruites, verdures, iogurts i pa.



PRODUCCIÓ INTEGRADA : L'oli d'oliva per amanir.
Un cop a la setmana fruites i verdures.



JORNADA GASTRONÒMICA
"Soc Astronauta"
Sopa estelar amb
asteroides
(sopa d'estrelles amb pistons)
Meteorits galàctics
(mandonguilles amb salsa de tomata)
Fruita alienígena (kiwi)

04

- Amanida d'enciams variats (enciams, tomàquet, pastanaga ratllada, blat de moro i ou dur)
- Llenties a l'hortolana (patata, ceba, pastanaga, tomàquet i pebrot)
- Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 794,5 Prot: 28,5g Lip: 35,9g HC: 84,1g

05

- Crema de carbassa amb rostes de pa (patata, carbassa i ceba)
- Llonganissa de porc amb enciam i pastanaga
- Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 745,5 Prot: 46,1g Lip: 19g HC: 93,3g

06

FESTA

07

FESTA

08

FESTA

11

- Arròs a la napolitana
- Escalopa de porc amb enciam i blat de moro
- Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 955,6 Prot: 38,7g Lip: 34,8g HC: 119g

12

- Cassoleta de cigrons amb verdures
- Ou dur amb salsa de tomàquet i gratinats
- Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 729 Prot: 24,9g Lip: 15,8g HC: 111,6g

13

- Crema de carbassó (carbassó, ceba i patata)
- Suprema de lluç a la marinera amb rodes de patata
- Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 647,5 Prot: 33,2g Lip: 21,2g HC: 76,6g

14

- Trinxat de la Cerdanya (col i patata)
- Mandonguilles 100% de vedella amb salsa de tomàquet
- Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 769,9 Prot: 31g Lip: 33,1g HC: 78,1g

15

- Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge
- Cuixetes de pollastre al forn amb enciam i pastanaga
- Pa del dia
- Crema de xocolata

Kcal: 1037,3 Prot: 39,4g Lip: 46,9g HC: 90,3g

18

- Patates estofades amb juliana de verdures
- Filet d'abadejo a l'orio amb enciam i tomàquet
- Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 719,3 Prot: 32,1g Lip: 26g HC: 82,5g

19

Jornada gastronòmica de NADAL

- Escudella
- Rodó de porc amb salsa de pastanaga
- Assortit de torrons

20

- Crema de verdures (minestra, patata i ceba)
- Pollastre a l'estil del xef (pebrot, ceba i xampinyons)
- Pa del dia
- Fruita del temps

21

- Espaguetis a la carbonara
- Hamburguesa 100% vedella amb enciam, blat de moro i olives
- Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 1160,3 Prot: 29,4g Lip: 69,6g HC: 108,5g

22

- Amanida d'enciam variats (enciams, tomàquet, blat de moro, pastanaga i tonyina)
- Mongeta blanca estofada amb verdures i arròs
- Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 642,9 Prot: 29,7g Lip: 17,6g HC: 84,5g