

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: Oli d'oliva per amanir, Un cop a la setmana fruites i verdures.

05

·Arròs a la napolitana
·Escalopa de porc amb enciam, blat de moro i olives
· Pa del dia
·Fruita
Kcal: 649,43Prot: 30,52g Lip: 21,7g HC: 80,53g

06

·Cassoleta de cigrons amb verdures
·Ou dur amb salsa de tomàquet i gratinats
· Pa del dia
·Fruita
Kcal: 585,8 Prot: 26,77g Lip: 19,96g HC: 68,76g

07

·Puré de carbassó (carbassó, ceba i patata) amb rostes de pa
·Suprema de lluç al forn amb enciam i tomàquet
· Pa del dia
·Fruita
Kcal: 410,39Prot: 22,14gLip: 11,40g HC: 51,71g

08

·Trinxat de la Cerdanya (patata i col)
·Mandonguilles 100% vedella amb salsa de tomàquet
· Pa del dia
·Fruita
Kcal:654,17 Prot: 25,95g Lip: 34,59g HC: 54,62g

09

Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge
Filet d'halibut al forn a/ enciam i pastanaga
· Pa del dia
·Iogurt La Fageda
Kcal: 725,63Prot: 42,74g Lip: 28,67g HC: 72,38g

12

·Patates estofades amb juliana de verdures
·Filet d'Abadejo a l'orio amb enciam i tomàquet
· Pa del dia
·Fruita
Kcal: 451,14Prot: 23,36g Lip: 11,17g HC: 60,09g

13

·Puré de verdures amb rostes de pa (a/menestra, ceba i patata)
Truita de patates a/enciam
· Pa del dia
·Fruita
Kcal: 559,65 Prot: 34,75g Lip: 23,26gHC: 55,38g

14

·Sopa d'au amb arròs
·Rodó de porc amb salsa de pastanaga i rodes de patata
· Pa del dia
·Flam La Fageda
Kcal: 531,58 Prot: 31,98g Lip: 15,44gHC: 63,45g

15

·Espaguetis a la carbonara
·Hamburguesa a la planxa 100% de vedella amb enciam, blat de moro i olives
· Pa del dia
·Fruita
Kcal: 784,53 Prot: 25,92gLip: 41,49g HC: 80,92g

16

·Amanida d'enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro i tonyina
·Mongeta blanca estofada amb verdures i arròs
· Pa del dia
·Fruita
Kcal: 466,61 Prot: 16,1g Lip: 11,10g HC: 68,5g

19

Bròquil amb patata al vapor
Lluç al forn a/enciam, blat de moro i olives
· Pa del dia
·Fruita
Kcal: 651,9 Prot: 38,61g Lip: 25,91g HC: 58,03g

20

·Sopa de brou amb pasta de pistons
·Llom de porc amb salsa de verdures
· Pa del dia
·Fruita
Kcal: 492,29 Prot: 31,46g Lip: 13,9g HC: 57,19g

21

·Tallarins amb wok de verdures
·Cuetes de Rap amb picada d'all i julivert al forn amb enciam i tomàquet
· Pa del dia
·Fruita
Kcal: 785,35 Prot: 23,82g Lip: 8,42g HC: 69,64g

22

·Cassoleta de cigrons amb verdures
·Ou dur amb samfaina
· Pa del dia
·Fruita
Kcal: 558,22 Prot: 25,54g Lip: 19,14g HC: 64,81g

23

JORNADA GASTRONÒMICA SETMANA SANTA
·Arrosset del mediterrani
·Fish and chips
·Mona de pasqua

26

27

28

29

30