



DILLUNS

ECOLÒGICS: Un cop a la setmana pasta, arròs, carn, fruita i verdures.

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

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

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

01

- Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge
- Cuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga
 - Pa del dia
- Iogurt ensucrat La Fageda

Kcal: 725,63 Prot: 42,74g Lip: 28,67g HC: 72,38g

04

- Amanida de patata (a/patata, pastanaga, blat de moro, pebrat vermell i olives)
- Bacallà a l'aria amb enciam i tomàquet
 - Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 504,17 Prot: 28,74g Lip: 18,25g HC: 51,17g

05

- Amanida d'arròs (a/pèsols, pastanaga, blat de moro i pernil dolç)
- Truita a la francesa amb enciam i pastanaga
 - Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 490,29 Prot: 19,65g Lip: 11,00g HC: 75,61g

06

- Verdures tres colors (a/patata, mongeta verda i pastanaga)
- Pollastre a l'estil del xef (pebrat, ceba i xampinyons)
 - Pa del dia
- Flam La Fageda

Kcal: 534,62 Prot: 15,51g Lip: 28,47g HC: 57,50g

07

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

Kcal: 667,94 Prot: 24,94g Lip: 22,67g HC: 81,15g

08

- Amanida d'enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro i ou dur
- Mongeta blanca estofada amb verdures i arròs
 - Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 526,31 Prot: 30,39g Lip: 17,58g HC: 57,96g

11

- Saltejat campestre amb patata
- Pernillets de pollastre al forn amb enciam, blat de moro i olives
 - Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 564,16 Prot: 23,92g Lip: 18,24g HC: 73,92

12

- Tallarins amb wok de verdures (salsa de soja)
- Cuetes de rap amb picada d'all i julivert al forn amb enciam i tomàquet
 - Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 693,31 Prot: 26,01g Lip: 13,57g HC: 110,31g

13

- Pèsols amb daus de patata sofregits
- Salsitxes de porc amb enciam i tomàquet
 - Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 761,92 Prot: 40,68g Lip: 28,63g HC: 82,43g

14

- Cassoleta de cigrons amb verdures
- Ou dur amb samfaina
 - Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 661,58 Prot: 24,90g Lip: 32,29g HC: 63,95g

15

- Paella mediterrània (gambeta i musclo)
- Calamars a la romana amb enciam i pastanaga
 - Pa del dia
- Iogurt ensucrat La Fageda

Kcal: 616,03 Prot: 17,39g Lip: 22,78g HC: 82,93g

18

- Amanida de pasta (pèsols, pastanaga, blat de moro, tonyina i salsa rosa)
- Rostit de pollastre al forn amb salsa de xampinyons
 - Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 594,52 Prot: 27,30g Lip: 19,52g HC: 75,04g

19

- Amanida d'enciam variats, tomàquet, pastanaga ratllada, blat de moro i tonyina
- Llenties estofades amb verdures i arròs
 - Pa del dia
- Crema de vainilla La Fageda

Kcal: 399,22g Prot: 23,23g Lip: 11,50g HC: 47,16g

20

- Tirabuixons a la italiana (salsa de tomàquet, ceba i formatge ratllat)
- Filet de lluç arrebossat amb enciam i pastanaga
 - Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 593,56 Prot: 27,04g Lip: 20,03g HC: 69,84g

21

- Arròs campesina (verdures)
- Mandonguilles 100% de vedella amb salsa de tomàquet
 - Pa del dia
- Fruita del temps

Kcal: 696,91 Prot: 24,34g Lip: 43,58g HC: 47,71g

22

JORNADA GASTRONÒMICA FI DE CURS

- Purè de verdures amb rastes de pa
- Chesse burger (pa, hamburguesa de vedella, formatge i ketchup)
- Macedonia de fruita

25

26

27

28

29



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



ECOLÒGICS: Un cop a la setmana pasta, arròs, carn, fruita i verdures.



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



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

01

- Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge
- Filet d'halibut al forn a/ enciam i pastanaga . Pa del dia
- Iogurt ensucrat La Fageda

04

- Amanida de patata (a/patata, pastanaga, blat de moro, pebrat vermell i olives)
- Bacallà a l'grig amb enciam i tomàquet . Pa del dia
 - Fruita del temps

05

- Amanida d'arròs (a/pèsols, pastanaga, blat de moro i pernil dolç)
- Truita a la francesa amb enciam i pastanaga . Pa del dia
 - Fruita del temps

06

- Verdures tres colors (a/patata, mongeta verda i pastanaga)
- Filet d'halibut amb enciam
- . Pa del dia
 - Flam La Fageda

07

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

08

- Amanida d'enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro i ou dur
- Mongeta blanca estofada amb verdures i arròs . Pa del dia
 - Fruita del temps

11

- Saltejat campestre amb patata
- Lluç al forn a/enciam, blat de moro i olives . Pa del dia
- Fruita del temps

12

- Tallarins amb wok de verdures (salsa de soja)
- Cuetes de rap amb picada d'all i julivert al forn amb enciam i tomàquet . Pa del dia
- Fruita del temps

13

- Pèsols amb daus de patata sofregits
- Salsitxes de porc amb enciam i tomàquet . Pa del dia
- Fruita del temps

14

- Cassoleta de cigrons amb verdures
- Ou dur amb samfaina . Pa del dia
- Fruita del temps

15

- Paella mediterrània (gambeta i musclo)
- Calamars a la romana amb enciam i pastanaga . Pa del dia
- Iogurt ensucrat La Fageda

18

- Amanida de pasta (pèsols, pastanaga, blat de moro, tonyina i salsa rosa)
- Rollets de primavera amb xampinyons saltejats
- Hamburguesa de tofu i bolets amb xampinyons saltejats . Pa del dia
- Fruita del temps

19

- Amanida d'enciam variats, tomàquet, pastanaga ratllada, blat de moro i tonyina
- Llenties estofades amb verdures i arròs . Pa del dia
- Crema de vainilla La Fageda

20

- Tirabuixons a la italiana (salsa de tomàquet, ceba i formatge ratllat)
- Filet de lluç arrebossat amb enciam i pastanaga . Pa del dia
- Fruita del temps

21

- Arròs campesina (verdures)
- Mandonguilles 100% de vedella amb salsa de tomàquet . Pa del dia
- Fruita del temps

22

- JORNADA GASTRONÒMICA**
- FI DE CURS**
- Purè de verdures amb restes de pa
- Chesse burger (pa, hamburguesa de vedella, formatge i ketchup)
- Macedonia de fruita

25

26

27

28

29


DILLUNS
DIMARTS
DIMECRES
DIJOUS
DIVENDRES

ECOLÒGICS: Un cop a la setmana pasta, arròs, carn, fruita i verdures.

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

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

01
Macarrons s/gluten ni ou amb salsa de tomàquet natural
Cuixetes de pollastre al forn a/ enciam i pastanaga
. Pa del dia
Iogurt ensucrat La Fageda

04
Amanida de patata (a/patata, pastanaga, blat de moro, pebrat vermell i olives)
Filet de bacallà al forn a/enciam i tomàquet
. Pa del dia
Fruita (kiwi, plàtan, taronja, mandarina)

05
Amanida d'arròs (a/pèsols, pastanaga, blat de moro i pernil dolç)
Truita a la francesa a/enciam i pastanaga
. Pa del dia
Fruita (kiwi, plàtan, taronja, mandarina)

06
Verdures tres colors (a/patata, mongeta verda i pastanaga)
Pollastre a l'estil del xef (a/pebrat, ceba i xampinyons)
. Pa del dia
Flam de vainilla

07
Espaguetis (sense ou ni gluten) amb salsa de tomàquet
Rodó de vedella al forn a/enciam, blat de moro i olives
. Pa del dia
Fruita (kiwi, plàtan, taronja, mandarina)

08
Amanida d'enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro i ou dur
Mongeta blanca estofada amb verdures i arròs
. Pa del dia
Fruita (kiwi, plàtan, taronja, mandarina)

11
Saltejat campestre amb patata
Pommes de pollastre al forn a/enciam, blat de moro i olives
. Pa del dia
Fruita (kiwi, plàtan, taronja, mandarina)

12
Tallarins amb wok de verdures (s/gluten s/ou) (sense salsa de soja)
Cuetes de rap amb picada (a/all i julivert) al forn a/enciam i daus de tomàquet
. Pa del dia
Fruita (kiwi, plàtan, taronja, mandarina)

13
Pèsols amb daus de patata sofregits
Llom a la planxa a/enciam i tomàquet
. Pa del dia
Fruita (kiwi, plàtan, taronja, mandarina)

14
Cassoleta de cigrons amb verdures
Ou dur amb samfaina
. Pa del dia
Fruita (kiwi, plàtan, taronja, mandarina)

15
Paella mediterrània (gambeta, musclo, calamar)
Luç al forn a/enciam i pastanaga
. Pa del dia
Iogurt ensucrat La Fageda

18
Macarrons s/gluten s/ou amb verdures saltejades
Rostit de pollastre al forn amb salsa de xampinyons
. Pa del dia
Fruita (kiwi, plàtan, taronja, mandarina)

19
Amanida d'enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro i tonyina
Llenties estofades amb verdures i arròs
. Pa del dia
Crema de vainilla La Fageda

20
Tirabuixons sense gluten ni s/ou a la italiana (a/salsa de tomàquet, ceba)
Filet de lluç al forn amb enciam i pastanaga
. Pa del dia
Fruita (kiwi, plàtan, taronja, mandarina)

21
Arròs campesina
Rodó de vedella rostit a/salsa de tomàquet
. Pa del dia
Fruita (kiwi, plàtan, taronja, mandarina)

22
JORNADA GASTRONÒMICA
FI DE CURS
Purè de verdures s/roastes de pa
Chesse burger a/pa sense gluten
Fruita (kiwi, plàtan, taronja, mandarina)

25
26
27
28
29