

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

2 678 Kcal 23,3 Gr 0,0 AGS 27,9 Prot 84,6 HC Pèsols amb patates Ous al forn amb patates i tomàquet 3 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T Fruita de temporada	3 626 Kcal 18,3 Gr 0,0 AGS 19,5 Prot 91,9 HC Coliflor ECO i patata Hamburguesa de cigrons 1-2T-3T-4T-5T-6T-7T-8T-9T-13T Enciam i olives negres Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T logurt natural 2	4 634 Kcal 13,2 Gr 0,0 AGS 22,1 Prot 102,1 HC Cigrons estofats amb verdures Espinacs a la catalana 7T-9-13 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T Fruita de temporada	5 749 Kcal 24,5Gr 0,0 AGS 27,2 Prot 104,0 HC Arròs integral amb tomàquet Truita francesa(a elecció) 3 Remenat d'ou (a elecció) 3 Enciam i blat de moro Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T Fruita de temporada	6 595 Kcal 23,1 Gr 0,0 AGS 14,5 Prot 73,4 HC Sopa de verdures amb pasta 1-2T-3T-4T-5T-8T-10-11T Tempeh a la planxa amb verdures 1T-8 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T Fruita de temporada
9 751 Kcal 24,6 Gr 0,0 AGS 18,1 Prot 109,4 HC Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) Truita paisana 3 Enciam i tomàquet Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T Fruita de temporada	10 591 Kcal 8,4 Gr 0,0 AGS 23,7 Prot 99,9 HC Llenties estofades amb verdures Bledes amb patates saltejades amb all Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T Fruita de temporada	11 1.031 Kcal 21,6 Gr 0,0 AGS 40,5 Prot 170,8 HC Macarrons integrals amb tomàquet i formatge ratllat 1-2-3T-8T-11T Hamburguesa de lleties i menta 1-2T-3T-4T-5T-6T-8T-13T Enciam i olives negres Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T Fruita de temporada	12 604 Kcal 25,5Gr 0,0 AGS 19,9 Prot 67,7 HC Crema de carbassa i mongeta seca 13 Truita de carbassó i patata 3 Enciam i tomàquet Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T logurt natural 2	13 542 Kcal 13,9 Gr 0,0 AGS 18,9 Prot 82,6 HC Mongeta tendra, patata i pastanaga Hamburguesa de tofu i xampinyons 1T-8-12T Enciam i blat de moro Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T Fruita de temporada
16 524 Kcal 18,1 Gr 0,0 AGS 28,2 Prot 55,1 HC Crema de carbassó Heura a la planxa amb verdures 8 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T Fruita de temporada	17 753 Kcal 35,0 Gr 0,0 AGS 25,6 Prot 78,6 HC Paella de verdures Truita francesa amb formatge 2-3 Enciam i olives negres Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T logurt natural 2	18 768 Kcal 26,3 Gr 0,0 AGS 32,1 Prot 94,9 HC Cigrons amb patata i oli d'oliva Ous al forn amb patates i tomàquet 3 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T Fruita de temporada	19 821 Kcal 29,1Gr 0,0 AGS 20,1 Prot 112,3 HC Pasta integral amb salsa de carbassa 1-8T-11T Tempeh a la planxa amb verdures 1T-8 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T Fruita de temporada	20 
23 582 Kcal 23,7 Gr 0,0 AGS 17,4 Prot 68,4 HC Crema de pastanaga Truita de patates 3 Enciam i olives negres Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T logurt natural 2	24 532 Kcal 12,2 Gr 0,0 AGS 19,8 Prot 84,0 HC Mongeta tendra, patata i pastanaga Hamburguesa de seitán i pastanaga 1-2T-3T-4T-5T-6T-8-9T-10T-11T-12T Enciam i tomàquet Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T Fruita de temporada	25 785 Kcal 36,9 Gr 0,0 AGS 28,7 Prot 76,3 HC Mongetes seques estofades amb verdures Truita francesa amb formatge 2-3 Patates al forn Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T Fruita de temporada	26 787 Kcal 29,2Gr 0,0 AGS 28,5 Prot 101,3 HC Pasta amb salsa a elecció 1-3T-8T-11T Ous al forn amb patates i tomàquet 3 Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T Fruita de temporada	27 685 Kcal 9,1 Gr 0,0 AGS 24,0 Prot 122,1 HC Arròs integral amb tomàquet Llenties estofades amb verdures Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T Fruita de temporada
30 804 Kcal 29,2 Gr 0,0 AGS 32,6 Prot 99,8 HC Llenties estofades amb verdures Hamburguesa de coliflor i formatge 1-2-3-12 Enciam i pastanaga ratllada Pa integral 1-2T-3T-9T-11T-12T Fruita de temporada				

Alergies (T-Trazas): 1-Gluten 2-Llet i derivats(lactosa) 3-Ou 4-Peix 5-Crustacis 6-Mol·luscs 7-Cacauet 8-Soja 9-Fruits secs de closca 10-Api 11-Mostassa 12-Sèsam 13-Sulfits 14-Tramussos

LA CUINA ES RESERVA EL DRET A FER UN CANVI A ÚLTIM MOMENT, AVISANT PER E-MAIL ALS CENTRES.
EN COMPLIMENT AL REGLAMENT NÚM. 1169/2011 (UE) SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, LA VOSTRA CUINA DISPOSA DE LA INFORMACIÓ SOBRE ELS AL·LÈRGENS DELS ALIMENTS QUE COMPONEN ELS MENÚS QUE S'ELABOREN.
PLAT CALENT: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ > 63°C. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < 8°C. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.
TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.