



Dimarts 29/03/2016	Dimecres 30/03/2016	Dijous 31/03/2016	Divendres 01/04/2016
Arròs amb salsa de tomàquet	Estofat de lentilles amb verdures	Macarrons a la carbonara	Sopa de pollastre amb pasta
Calamars a la romana	Truita a la francesa	Lluç al forn amb verduretes	Llom a la italiana amb patates fregides
Amanida d'enciam i pastanaga	Amanida d'enciam i olives		Tomàquet amanit
Préssec en almívar	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural
E Kcal 724,03 HC g 60,26 PROT g 24,38 LIP g 62,43 V.N.	E Kcal 787,97 HC g 41,19 PROT g 33,77 LIP g 74,31 V.N.	E Kcal 892,4 HC g 67,7 PROT g 58,2 LIP g 43,2 V.N.	E Kcal 689,72 HC g 65,76 PROT g 35,39 LIP g 31,68 V.N.

Dimarts 05/04/2016	Dimecres 06/04/2016	Dijous 07/04/2016	Divendres 08/04/2016
Arròs tres delícies	Sopa de galets	Estofat de lentilles amb verdures	Bledes amb patata
Llom amb salsa de poma	Mandonguilles a la jardinera	Truita de patates i ceba	Pit de pollastre empanat
Amanida d'enciam i tomàquet		Amanida d'enciam i col llombarda	Amanida de pastanaga, olives i blat de moro
			logurt natural
E Kcal 819,29 HC g 96,86 PROT g 36,4 LIP g 30,92 V.N.	E Kcal 559,1 HC g 68,41 PROT g 32,98 LIP g 17,06 V.N.	E Kcal 840,33 HC g 85,76 PROT g 36,37 LIP g 39,09 V.N.	E Kcal 787,82 HC g 82,43 PROT g 42,57 LIP g 31,98 V.N.

Dimarts 12/04/2016	Dimecres 13/04/2016	Dijous 14/04/2016	Divendres 15/04/2016
Macarrons gratinats	Sopa de rap amb fideus	Cigrons estofats amb espinacs	Crema de carbassa amb rostes
Llom a la planxa	Estofat de gall dindi a la jardinera	Truita de formatge	Lluç a la mussolina d'aïls
Amanida d'enciam i pastanaga	Amanida d'enciam i blat de moro	Amanida d'enciam i tomàquet	Amanida d'enciam i col llombarda
		logurt natural	
E Kcal 795,71 HC g 104,98 PROT g 35,22 LIP g 34,99 V.N.	E Kcal 642,04 HC g 75,3 PROT g 35,8 LIP g 21,96 V.N.	E Kcal 846,88 HC g 71,57 PROT g 38,54 LIP g 45,16 V.N.	E Kcal 750,38 HC g 78,24 PROT g 31,37 LIP g 34,66 V.N.

Dimarts 19/04/2016	Dimecres 20/04/2016	Dijous 21/04/2016	Divendres 22/04/2016
Arròs amb salsa de tomàquet	Mongeta tendra amb patata i pastanaga	Estofat de mongetes blanques amb verdures	Sopa de pollastre amb pasta
Rap a la marinera amb cloïsses	Pollastre al forn	Calamars a l'andalusa	Pastís de carn al forn amb salsa de xampinyons
Amanida d'enciam i olives	Amanida d'enciam i blat de moro	Tomàquet amanit	Amanida d'enciam i brots de soja
			logurt natural
E Kcal 644,39 HC g 94,46 PROT g 31,56 LIP g 15,59 V.N.	E Kcal 737,7 HC g 69,6 PROT g 43,05 LIP g 31,9 V.N.	E Kcal 705,14 HC g 78,39 PROT g 36,47 LIP g 27,3 V.N.	E Kcal 736,39 HC g 66,71 PROT g 25,7 LIP g 40,75 V.N.

Dimarts 26/04/2016	Dimecres 27/04/2016	Dijous 28/04/2016	Divendres 29/04/2016
Patates estofades amb sipsia	Macarrons al pesto	Saltejat de verdures	Sopa de verdures amb pasta
Botifarra esparracada amb xampinyons	Aletes de pollastre cruixents	Lentilles amb arròs	Truita de patates amb pa amb tomàquet
Amanida d'enciam i olives	Amanida d'enciam i blat de moro	Amanida d'enciam i tomàquet	Amanida d'enciam i remolatxa
E Kcal 847,33 HC g 79,16 PROT g 25,82 LIP g 47,49 V.N.	E Kcal 814,67 HC g 85,63 PROT g 45,61 LIP g 32,19 V.N.	E Kcal 775,04 HC g 75,15 PROT g 44,54 LIP g 32,92 V.N.	E Kcal 643,44 HC g 85,07 PROT g 23,95 LIP g 23,04 V.N.

Dilluns 02/05/2016	Dimarts 03/05/2016	Dimecres 04/05/2016	Dijous 05/05/2016	Divendres 06/05/2016
Lentilles amb arròs	Amanida de patata, tonyina i ou dur	Sopa de galets	Amanida de tomàquet i formatge fresc	Mongeta tendra amb patata i pastanaga
Truita de formatge	Nuggets de lluç casolans	Pollastre amb salsa de taronja	Paella mixta	Fricandó de vedella amb xampinyons
Amanida d'enciam i olives	Amanida d'enciam i tomàquet	amanida d'enciam i poma		
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Gelat		
E Kcal 869,3 HC g 78,83 PROT g 41,98 LIP g 42,9 V.N.	E Kcal 796,8 HC g 86,94 PROT g 34,72 LIP g 34,47 V.N.	E Kcal 647,3 HC g 71,22 PROT g 36,3 LIP g 24,14 V.N.	E Kcal 738,9 HC g 91,69 PROT g 24,63 LIP g 30,41 V.N.	E Kcal 577,0 HC g 68,31 PROT g 34,43 LIP g 18,45 V.N.

Dilluns 09/05/2016	Dimarts 10/05/2016	Dimecres 11/05/2016	Dijous 12/05/2016	Divendres 13/05/2016
	Macarrons gratinats	Arròs amb salsa de tomàquet	Estofat de lentilles amb verdures	Sopa de rap amb fideus
	Lluç al forn amb carbassó	Croquetes de bacallà	Truita de patates i ceba	Pollastre al forn amb poma i carbassó
	Amanida d'enciam i brots de soja	Amanida d'enciam i cogombre	Tomàquet amanit	Amanida d'enciam i pastanaga
			logurt natural	
E Kcal 841,5 HC g 102,3 PROT g 38,9 LIP g 30,75 V.N.	E Kcal 740,8 HC g 121,6 PROT g 13,29 LIP g 22,32 V.N.	E Kcal 740,8 HC g 121,6 PROT g 13,29 LIP g 22,32 V.N.	E Kcal 750,9 HC g 89,73 PROT g 39,02 LIP g 26,22 V.N.	E Kcal 648,4 HC g 64,83 PROT g 31,99 LIP g 29,02 V.N.

Dilluns 16/05/2016	Dimarts 17/05/2016	Dimecres 18/05/2016	Dijous 19/05/2016	Divendres 20/05/2016
	Amanida de cigrons amb gall dindi, tomàquet i blat de moro	Arròs amb pollastre i pastanaga	Sopa de pollastre amb pasta	Minestra de verdures
	Truita francesa amb pa amb tomàquet	Lluç a la romana	Mandonguilles amb salsa de tomàquet i pesols	Lentilles amb arròs
		Amanida d'enciam i tomàquet		Amanida d'enciam i olives
E Kcal 876,8 HC g 86,98 PROT g 39,87 LIP g 41,05 V.N.	E Kcal 734,8 HC g 85,01 PROT g 35,71 LIP g 28 V.N.	E Kcal 596,3 HC g 61,35 PROT g 20 LIP g 30,11 V.N.	E Kcal 757,9 HC g 69,02 PROT g 41,61 LIP g 35,05 V.N.	E Kcal 757,9 HC g 69,02 PROT g 41,61 LIP g 35,05 V.N.

Dilluns 23/05/2016	Dimarts 24/05/2016	Dimecres 25/05/2016	Dijous 26/05/2016	Divendres 27/05/2016
Arròs tres delícies	Espaguetis a la napolitana	Sopa de pollastre amb pasta	Empedrat de mongetes blanques	Minestra de verdures
Hamburguesa de vedella a la planxa	Calamars a l'andalusa	Remenat d'ou amb patata	Rap a la marinera amb cloïsses	Pit de pollastre al forn
Amanida d'enciam i olives	Amanida d'enciam i pastanaga	Amanida d'enciam i blat de moro		Amanida d'enciam i poma
E Kcal 897,9 HC g 92,08 PROT g 28,55 LIP g 46,16 V.N.	E Kcal 745,9 HC g 90,72 PROT g 30,39 LIP g 29,06 V.N.	E Kcal 641 HC g 65,92 PROT g 24,76 LIP g 30,92 V.N.	E Kcal 662,1 HC g 73,38 PROT g 42,46 LIP g 22,09 V.N.	E Kcal 774,2 HC g 78,59 PROT g 41,57 LIP g 32,62 V.N.

Dilluns 23/05/2016	Dimarts 24/05/2016	MAIG 2016
Macarrons gratinats	Amanida de lentilles amb tonyina, tomàquet i olives	Valors nutricionals
Lluç amb salsa verda	Truita de pernil cuit	La llegenda de lectura corresponent es la següent:
Amanida d'enciam i cogombre	Amanida d'enciam i brots de soja	V.N.=Valors nutricionals / E=Energia / HC=Hidrats de carboni / PROT=Proteïnes / LIP=Lípids / S.C.=Sopars complementaris.
Gelat	Fruita de temporada	
E Kcal 812,7 HC g 91,85 PROT g 39,5 LIP g 31,93 V.N.	E Kcal 825,5 HC g 73,41 PROT g 44,42 LIP g 39,36 V.N.	E Kcal 702,10 HC g 67,87 PROT g 39,30 LIP g 31,07 V.N.

