

dilluns 8	dimarts 9	dimecres 10	dijous 11	divendres 12
Espagueti amb tomàquet sofregit i tonyina	Arròs a la cassola amb magra i verdures	Mongeta amb patata	Llenties Guisades amb verdures fresques de temporada	Sopa d'au
Croquetes pollastre	Filet de Lluç al forn a la llimona	Estofat de Vedella amb salseta	Truita formatge	Contracuixa pollastre a les fines herbes
Amanida d'enciam	Amanida d'enciam i cogombre	Fruita del temps ecològica	Amanida d'enciam i olives	Patates xips
Fruita del temps	Fruita del temps		Iogurt	Fruita del temps
Kcal: 694,77 HC: 89,06 Gr: 23,11 Pr: 33,49	Kcal: 573,14 HC: 79,51 Gr: 14,21 Pr: 31,37	Kcal: 636,31 HC: 82,12 Gr: 19,83 Pr: 32,53	Kcal: 646,94 HC: 62,61 Gr: 26,12 Pr: 40,36	Kcal: 493,77 HC: 40,63 Gr: 20,81 Pr: 36,00
dilluns 15	dimarts 16	dimecres 17	dijous 18	divendres 19
Arròs ecològic amb tomàquet i orenga	Cigrans estofats amb verdures de temporada	Sopa de peix amb pasta fina	Crema de porro , ceba i patata	Macarrons amb beixamel al forn
Peix espasa al forn	Truita de carbassó, ceba i patata	Pollastre forn amb ceba i dauets de poma	Pinxos porc adobat	Rodo de gall dindi amb salseta
Amanida d'enciam i olives	Amanida d'enciam i pastanaga	Fruita del temps	Amanida d' enciam i tomàquet	Fruita del temps
Fruita del temps	Iogurt la Fageda		Fruita del temps	
Kcal: 736,62 HC: 89,54 Gr: 17,29 Pr: 32,85	Kcal: 708,30 HC: 75,82 Gr: 28,99 Pr: 36,03	Kcal: 420,35 HC: 50,00 Gr: 9,75 Pr: 33,34	Kcal: 625,46 HC: 67,77 Gr: 28,02 Pr: 25,68	Kcal: 650,92 HC: 63,42 Gr: 27,13 Pr: 37,15
dilluns 22	dimarts 23	dimecres 24	dijous 25	divendres 26
Arròs amb verduretes / bolets	Panaché de verdures: patata, coliflor	Espirals ecològic amb oli d'oliva, all, espècies i formatge ratllat	Llenties amb verduretes fresques	<b>MENÚ DELS GUANYADORS</b> Sopa de Galets
Ou dur amb beixamel i pernil salat	Botifarra plx amb seques saltejades amb allet	Bacallà amb samfaina	Pollastrre al forn a la llimona	Nuggets de Pollastre
Enciam i cogombre	Fruita del temps	Amanida d'enciam i olives	Amanida d'enciam i pastanaga	Patates fregides
Fruita del temps		Fruita del temps	Fruita del temps	Natillas de Xocolata
Kcal: 551,21 HC: 71,84 Gr: 19,71 Pr: 21,62	Kcal: 773,15 HC: 59,41 Gr: 45,62 Pr: 31,00	Kcal: 638,21 HC: 66,62 Gr: 21,99 Pr: 42,34	Kcal: 670,74 HC: 97,23 Gr: 14,57 Pr: 37,66	
dilluns 29	dimarts 30	dimecres 31	dijous 1	divendres 2
Macarrons amb tomàquet gratinats	Sopa de gallina i verdures amb pistons	Cigrans amb sofregit de tomàquet		
Filet de Lluç al forn	Estofat de vedella a la Carbonara	Pollastre forn		
Amanida d'enciam i pastanaga	Fruita del temps	Patates dau		
Fruita del temps		Fruita del temps		
Kcal: 631,72 HC: 56,44 Gr: 29,01 Pr: 33,86	Kcal: 407,56 HC: 38,58 Gr: 12,77 Pr: 34,57	Kcal: 647,40 HC: 76,04 Gr: 22,31 Pr: 35,81		

Menús Revisats Dietètica i Nutricionalment per  
Dietista-Nutricionista Lourdes Bàguena Número col. CAT000460

dilluns 8	dimarts 9	dimecres 10	dijous 11	divendres 12
Espagueti amb tomàquet sofregit i tonyina Croquetes pollastre Amanida d'enciam Fruita del temps	<b>Arròs a la cassola amb verduretes</b> Filet de Lluç al forn a la llimona Amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps	Mongeta amb patata Estofat de vedella amb salseta Fruita del temps	Llenties Guisades amb verdures fresques de temporada Truita formatge/Ou dur/Remenat Amanida d'enciam i olives Iogurt	<b>Sopa d'au (s/porc)</b> Contraçuixa pollastre a les fines herbes Puré de patata Fruita del temps
dilluns 15	dimarts 16	dimecres 17	dijous 18	divendres 19
Arròs amb tomàquet i orenga Palometa/Lluç arrebossat Amanida d'enciam i olives Fruita del temps	Cigrons estofats amb verdures de temporada Truita de carbassó, ceba i patata Amanida d'enciam i pastanaga Lacti	Sopa de peix amb pasta fina Pollastre forn amb ceba i dauets de poma Fruita del temps	Crema de porro , ceba i patata <b>Pinxos de pollastre amb adob casolà</b> Amanida d' enciam i tomàquet Fruita del temps	Macarrons amb beixamel al forn Rodo de gall dindi amb salseta Fruita del temps
dilluns 22	dimarts 23	dimecres 24	dijous 25	divendres 26
Arròs amb verduretes / bolets <b>Truita francesa/Ou dur</b> Enciam i cogombre Fruita del temps	Panaché de verdures: patata, pastanaga i bledes <b>Salsitxes de pollastre plx amb seques saltejades amb allet</b> Fruita del temps	Espirals tricolor amb oli d'oliva, all, espècies i formatge ratllat Bacallà amb samfaina Amanida d'enciam i olives Fruita del temps	Llenties amb verduretes fresques <b>Croquetes pollastre/bacallà</b> Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt	<b>Sopa amb meravella (s/porc)</b> Pollastre forn a la llimona Patates fregides Fruita del temps
dilluns 29	dimarts 30	dimecres 31	dijous 1	divendres 2
Macarrons al gratén Lluç al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps	<b>Sopa de gallina i verdures amb arròs (s/porc)</b> Estofat de vedella a la jardinera Fruita del temps	Cigrons amb sofregit de tomàquet Pollastre forn amb cebetes platillo caramelitzades Patates dau Fruita del temps		

Menús Revisats Dietètica  
i Nutricionalment per  
Dietista-Nutricionista  
Lourdes Bàguena

Número col. CAT000460

### dilluns 8

Espagueti amb tomàquet sofregit i tonyina  
**Croquetes de bacallà**  
 Amanida d'enciam  
 Fruita del temps

### dimarts 9

**Arròs a la cassola amb verdures**  
 Filet de Lluç al forn a la llimona  
 Amanida d'enciam i cogombre  
 Fruita del temps

### dimecres 10

Mongeta amb patata  
**Crestes de tonyina**  
 Fruita del temps

### dijous 11

Llenties Guisades amb verdures fresques de temporada  
 Truita formatge/Ou dur/Remenat  
 Amanida d'enciam i olives  
 Iogurt

### divendres 12

**Sopa vegetal amb pasta**  
**Lluç al forn/planxa**  
 Puré de patata  
 Fruita del temps

### dilluns 15

Arròs amb tomàquet i orenga  
 Palometa/Lluç arrebossat  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita del temps

### dimarts 16

Cigrans estofats amb verdures de temporada  
 Truita de carbassó, ceba i patata  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
 Lacti

### dimecres 17

Sopa de peix amb pasta fina  
**Bunyols de bacallà**  
 Fruita del temps

### dijous 18

Crema de porro, ceba i patata  
**Lluç al forn/planxa**  
 Amanida d'enciam i tomàquet  
 Fruita del temps

### divendres 19

Macarrons amb beixamel al forn  
**Truita francesa**  
 Fruita del temps

### dilluns 22

Arròs amb verduretes / bolets  
**Truita francesa/Ou dur**  
 Enciam i cogombre  
 Fruita del temps

### dimarts 23

Panaché de verdures: patata, pastanaga i bledes  
**Crestes de tonyina**  
 Seques saltejades amb allet  
 Fruita del temps

### dimecres 24

Espirals tricolor amb oli d'oliva, all, espècies i formatge ratllat  
 Bacallà amb samfaina  
 Amanida d'enciam i olives  
 Fruita del temps

### dijous 25

Llenties amb verduretes fresques  
**Croquetes bacallà**  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
 Iogurt

### divendres 26

**Sopa vegetal amb meravella**  
**Lluç al forn/planxa**  
 Patates fregides  
 Fruita del temps

### dilluns 29

Macarrons al gratén  
 Lluç al forn  
 Amanida d'enciam i pastanaga  
 Fruita del temps

### dimarts 30

**Sopa vegetal amb arròs**  
**Ous remenats amb tomàquet**  
 Fruita del temps

### dimecres 31

**Amanida verda variada amb formatge**  
 Cigrans amb sofregit de tomàquet  
 Patates dau  
 Fruita del temps

### dijous 1

### divendres 2

*Menús Revisats Dietètica i  
 Nutricionalment per  
 Dietista-Nutricionista Lourdes  
 Bàguena*

*Número col. CAT000460*

dilluns 8	dimarts 9	dimecres 10	dijous 11	divendres 12
<p>Espagueti (s/ou) amb tomàquet sofregit i tonyina</p> <p>Pollastre al forn/planxa</p> <p>Amanida d'enciam</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Arròs a la cassola amb magra i verdures</p> <p>Filet de Lluç al forn a la llimona</p> <p>Amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Mongeta amb patata</p> <p>Estofat de vedella amb salseta</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Llenties Guisades amb verdures fresques de temporada</p> <p>Llom a la planxa</p> <p>Amanida d'enciam i olives</p> <p>Iogurt</p>	<p>Sopa d'au (pasta s/ou)</p> <p>Pollastre al forn a les fines herbes</p> <p>Purè de patata</p> <p>Fruita del temps</p>
dilluns 15	dimarts 16	dimecres 17	dijous 18	divendres 19
<p>Arròs amb tomàquet i orenga</p> <p>Palometa/Lluç arrebossat (s/ou)</p> <p>Amanida d'enciam i olives</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Cigrons estofats amb verdures de temporada</p> <p>Lluç al forn/planxa</p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Lacti (s/ou)</p>	<p>Sopa de peix amb pasta fina (s/ou)</p> <p>Pollastre forn amb ceba i dauets de poma</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Crema de porro , ceba i patata</p> <p>Pinxos porc amb adob casolà</p> <p>Amanida d' enciam i tomàquet</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Macarrons (s/ou) amb beixamel al forn</p> <p>Rodo de gall dindi amb salseta (s/ou)</p> <p>Fruita del temps</p>
dilluns 22	dimarts 23	dimecres 24	dijous 25	divendres 26
<p>Arròs amb verdures / bolets</p> <p>Gall dindi a la planxa</p> <p>Enciam i cogombre</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Panaché de verdures: patata, pastanaga i bledes</p> <p>Botifarra plx s/ou amb seques saltejades amb allet</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Espirals s/ou amb oli d'oliva, all, espècies i formatge ratllat (s/ou)</p> <p>Bacallà amb samfaina</p> <p>Amanida d'enciam i olives</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Llenties amb verdures fresques</p> <p>Llom planxa</p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Iogurt</p>	<p>Sopa amb pasta (s/ou)</p> <p>Pollastre forn a la llimona</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita del temps</p>
dilluns 29	dimarts 30	dimecres 31	dijous 1	divendres 2
<p>Macarrons (s/ou) amb tomàquet</p> <p>Lluç al forn</p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Sopa de gallina i verdures amb arròs</p> <p>Estofat de vedella a la Carbonara</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Cigrons amb sofregit de tomàquet</p> <p>Pollastre forn amb cebetes platillo caramelitzades</p> <p>Patates dau</p> <p>Fruita del temps</p>		

Menús Revisats Dietètica i  
Nutricionalment per  
Dietista-Nutricionista Lourdes  
Bàguena  
Número col. CAT000460

dilluns 8	dimarts 9	dimecres 10	dijous 11	divendres 12
<p>Espagueti amb tomàquet sofregit i tonyina</p> <p><b>Pollastre al forn/planxa</b></p> <p>Amanida d'enciam Fruita del temps</p>	<p>Arròs a la cassola amb magra i verdures</p> <p>Filet de Lluç al forn a la llimona</p> <p>Amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps</p>	<p>Mongeta amb patata</p> <p>Estofat de vedella amb salseta</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Llenties Guisades amb verdures fresques de temporada</p> <p><b>Truita francesa/Ou dur o Remenat amb tomàquet (s/llet ni derivats)</b></p> <p>Amanida d'enciam i olives <b>Fruita del temps</b></p>	<p>Sopa d'au</p> <p>Pollastre al forn a les fines herbes</p> <p><b>Purè de patata (s/llet ni derivats)</b></p> <p>Fruita del temps</p>
dilluns 15	dimarts 16	dimecres 17	dijous 18	divendres 19
<p>Arròs amb tomàquet i orenga</p> <p>Palometà/Lluç arrebossat</p> <p>Amanida d'enciam i olives Fruita del temps</p>	<p>Cigrons estofats amb verdures de temporada</p> <p>Truita de carbassó, ceba i patata</p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga <b>Fruita del temps</b></p>	<p>Sopa de peix amb pasta fina</p> <p>Pollastre forn amb ceba i dauets de poma</p> <p>Fruita del temps</p>	<p><b>Crema de porro , ceba i patata (s/llet ni derivats)</b></p> <p><b>Pinxos porc amb adob casolà (s/llet ni derivats)</b></p> <p>Amanida d' enciam i tomàquet Fruita del temps</p>	<p><b>Macarrons amb tomàquet</b></p> <p><b>Rodo de gall dindi amb salseta (s/llet ni derivats)</b></p> <p>Fruita del temps</p>
dilluns 22	dimarts 23	dimecres 24	dijous 25	divendres 26
<p>Arròs amb verduretes / bolets</p> <p><b>Truita/Ou dur amb pernil cuit (s/llet ni derivats)</b></p> <p>Enciam i cogombre Fruita del temps</p>	<p>Panaché de verdures: patata, pastanaga i bledes</p> <p><b>Botifarra plx (s/llet ni derivats) amb seques saltejades amb allet</b></p> <p>Fruita del temps</p>	<p><b>Espirals tricolor amb oli d'oliva, all, espècies (s/formatge)</b></p> <p>Bacallà amb samfaina</p> <p>Amanida d'enciam i olives Fruita del temps</p>	<p>Llenties amb verduretes fresques</p> <p><b>Llom planxa</b></p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga <b>Fruita del temps</b></p>	<p>Sopa amb meravella</p> <p>Pollastre forn a la llimona</p> <p>Patates fregides (<b>control oli</b>) Fruita del temps</p>
dilluns 29	dimarts 30	dimecres 31	dijous 1	divendres 2
<p><b>Macarrons amb tomàquet</b></p> <p>Lluç al forn</p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</p>	<p>Sopa de gallina i verdures amb arròs</p> <p><b>Estofat de vedella a la jardinera</b></p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Cigrons amb sofregit de tomàquet</p> <p>Pollastre forn amb cebetes platillo caramelitzades</p> <p><b>Patates dau(control oli)</b></p> <p>Fruita del temps</p>		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><i>Menús Revisats Dietètica i Nutricionalment per</i></p> <p><i>Dietista-Nutricionista Lourdes Bàguena</i></p> <p><i>Número col. CAT000460</i></p> </div>

dilluns 8	dimarts 9	dimecres 10	dijous 11	divendres 12
<p><b>Espagueti (s/gluten) amb tomàquet sofregit i tonyina</b></p> <p><b>Pollastre al forn/planxa</b></p> <p>Amanida d'enciam Fruita del temps</p>	<p>Arròs a la cassola amb magra i verdures</p> <p>Filet de Lluç al forn a la llimona</p> <p>Amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps</p>	<p>Mongeta amb patata</p> <p><b>Estofat de vedella amb salseta (s/gluten)</b></p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Llenties Guisades amb verdures fresques de temporada</p> <p>Truita formatge/Ou dur/Remenat</p> <p>Amanida d'enciam i olives Iogurt</p>	<p><b>Sopa d'au (pasta s/gluten)</b></p> <p>Pollastre al forn a les fines herbes</p> <p><b>Puré de patata (s/gluten)</b></p> <p>Fruita del temps</p>
dilluns 15	dimarts 16	dimecres 17	dijous 18	divendres 19
<p>Arròs amb tomàquet i orenga</p> <p><b>Palometa/Lluç arrebossat (farina s/gluten)</b></p> <p>Amanida d'enciam i olives Fruita del temps</p>	<p>Cigrons estofats amb verdures de temporada</p> <p>Truita de carbassó, ceba i patata</p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga <b>Lacti (s/gluten)</b></p>	<p><b>Sopa de peix amb pasta fina (s/gluten)</b></p> <p>Pollastre forn amb ceba i dauets de poma</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Crema de porro , ceba i patata</p> <p><b>Pinxos porc amb adob casolà (s/gluten)</b></p> <p>Amanida d' enciam i tomàquet Fruita del temps</p>	<p><b>Macarrons amb beixamel al forn (s/gluten)</b></p> <p><b>Rodo de gall dindi amb salseta (s/gluten)</b></p> <p>Fruita del temps</p>
dilluns 22	dimarts 23	dimecres 24	dijous 25	divendres 26
<p>Arròs amb verduretes / bolets</p> <p><b>Truita/Ou dur amb pernil cuit (s/gluten)</b></p> <p>Enciam i cogombre Fruita del temps</p>	<p>Panaché de verdures: patata, pastanaga i bledes</p> <p><b>Botifarra (s/gluten) plx amb seques saltejades amb allet</b></p> <p>Fruita del temps</p>	<p><b>Espirals (s/gluten) amb oli d'oliva, all, espècies i formatge ratllat</b></p> <p><b>Bacallà amb samfaina (sense gluten)</b></p> <p>Amanida d'enciam i olives Fruita del temps</p>	<p>Llenties amb verduretes fresques</p> <p><b>Llom planxa</b></p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt</p>	<p><b>Sopa amb pasta (s/gluten)</b></p> <p>Pollastre forn a la llimona</p> <p>Patates fregides Fruita del temps</p>
dilluns 29	dimarts 30	dimecres 31	dijous 1	divendres 2
<p><b>Macarrons al graten (s/gluten)</b></p> <p>Lluç al forn</p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps</p>	<p>Sopa de gallina i verdures amb arròs</p> <p><b>Estofat de vedella a la Carbonara (s/gluten)</b></p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Cigrons amb sofregit de tomàquet</p> <p>Pollastre forn amb cebetes platillo caramelitzades</p> <p>Patates dau Fruita del temps</p>		

dilluns 8	dimarts 9	dimecres 10	dijous 11	divendres 12
<b>Espagueti amb tomàquet sofregit (sense tonyina)</b> <b>Pollastre al forn/planxa</b> Amanida d'enciam Fruita del temps	Arròs a la cassola amb magra i verdures  <b>Gall dindi a la planxa</b> Amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps	Mongeta amb patata  Estofat de vedella amb salseta  Fruita del temps	Llenties Guisades amb verdures fresques de temporada Truita formatge/Ou dur/Remenat Amanida d'enciam i olives Iogurt	Sopa d'au  Contracuixa pollastre a les fines herbes Puré de patata Fruita del temps
dilluns 15	dimarts 16	dimecres 17	dijous 18	divendres 19
Arròs amb tomàquet i orenga  <b>Pit de pollastre arrebossat</b>  Amanida d'enciam i olives Fruita del temps	Cigrons estofats amb verdures de temporada  Truita de carbassó, ceba i patata  Amanida d'enciam i pastanaga Lacti	<b>Sopa de brou vegetal amb pasta</b>  Pollastre forn amb ceba i dauets de poma  Fruita del temps	Crema de porro , ceba i patata  Pinxos porc amb adob casolà  Amanida d' enciam i tomàquet Fruita del temps	Macarrons amb beixamel al forn  Rodo de gall dindi amb salseta  Fruita del temps
dilluns 22	dimarts 23	dimecres 24	dijous 25	divendres 26
Arròs amb verduretes / bolets  Truita/Ou dur amb pernil cuït  Enciam i cogombre Fruita del temps	Panaché de verdures: patata, pastanaga i bledes Botifarra plx amb seques saltejades amb allet  Fruita del temps	Espirals tricolor amb oli d'oliva, all, espècies i formatge ratllat  <b>Truita francesa</b>  Amanida d'enciam i olives Fruita del temps	Llenties amb verduretes fresques  <b>Llom planxa</b>  Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt	Sopa amb meravella  Pollastre forn a la llimona  Patates fregides Fruita del temps
dilluns 29	dimarts 30	dimecres 31	dijous 1	divendres 2
Macarrons al graten  <b>Gall dindi a la planxa</b>  Amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps	Sopa de gallina i verdures amb arròs Estofat de vedella a la Carbonara  Fruita del temps	Cigrons amb sofregit de tomàquet Pollastre forn amb cebetes platillo caramelitzades Patates dau Fruita del temps		

Menús Revisats Dietètica i Nutricionalment per  
 Dietista-Nutricionista  
 Lourdes Bàguena  
 Número col. CAT000460

dilluns 8	dimarts 9	dimecres 10	dijous 11	divendres 12
<p><b>Espaguetis amb tomàquet (s/tonyina)</b></p> <p>Truita francesa Amanida d'enciam Fruita del temps</p>	<p><b>Amanida verda variada</b></p> <p>Arròs a la cassola amb verdures</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Mongeta amb patata</p> <p><b>Croquetes de bolets</b></p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Llenties Guisades amb verdures fresques de temporada</p> <p>Truita formatge/Ou dur/Remenat</p> <p>Amanida d'enciam i olives</p> <p>Iogurt</p>	<p><b>Sopa vegetal amb pasta</b></p> <p><b>Hamburguesa vegetal casolana</b></p> <p>Puré de patata</p> <p>Fruita del temps</p>
dilluns 15	dimarts 16	dimecres 17	dijous 18	divendres 19
<p><b>Amanida de llegums</b></p> <p>Arròs amb tomàquet i orenga</p> <p>Amanida d'enciam i olives</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Cigrans estofats amb verdures de temporada</p> <p>Truita de carbassó, ceba i patata</p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Lacti</p>	<p>Sopa de peix amb pasta fina</p> <p><b>Hamburguesa vegetal casolana</b></p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Crema de porro , ceba i patata</p> <p><b>Delícies de formatge</b></p> <p>Amanida d' enciam i tomàquet</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Macarrons amb beixamel al forn</p> <p><b>Truita francesa</b></p> <p>Fruita del temps</p>
dilluns 22	dimarts 23	dimecres 24	dijous 25	divendres 26
<p>Arròs amb verdures / bolets</p> <p><b>Truita de formatge/Ou dur</b></p> <p>Enciam i cogombre</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Panaché de verdures: patata, pastanaga i bledes</p> <p><b>Croquetes de bolets</b></p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Espirals tricolor amb oli d'oliva, all, espècies i formatge ratllat</p> <p><b>Truita francesa</b></p> <p>Amanida d'enciam i olives</p> <p>Fruita del temps</p>	<p><b>Amanida complerta amb tomàquet,daus formatge amb vinagreta</b></p> <p>Llenties amb arròs i verdures fresques</p> <p>Iogurt</p>	<p><b>Sopa vegetal amb meravella</b></p> <p><b>Hamburguesa vegetal casolana</b></p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita del temps</p>
dilluns 29	dimarts 30	dimecres 31	dijous 1	divendres 2
<p><b>Amanida variada amb fruits secs</b></p> <p>Macarrons al graten</p> <p>Amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita del temps</p>	<p><b>Sopa vegetal amb arròs</b></p> <p><b>Hamburguesa vegetal casolana</b></p> <p>Fruita del temps</p>	<p><b>Amanida verda amb formatge</b></p> <p>Cigrans amb sofregit de tomàquet</p> <p>Patates dau</p> <p>Fruita del temps</p>		

Menús Revisats Dietètica i  
Nutricionalment per  
Dietista-Nutricionista  
Lourdes Bàguena Número  
col. CAT000460



dilluns 8	dimarts 9	dimecres 10	dijous 11	divendres 12
Espagueti amb tomàquet sofregit i tonyina <b>Pollastre al forn/planxa</b> Amanida d'enciam Fruita del temps	<b>Arròs a la cassola amb verduretes</b> Filet de Lluç al forn a la llimona Amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps	Mongeta amb patata <b>Vedella a la planxa</b> Fruita del temps	Llenties Guisades amb verdures fresques de temporada Truita formatge/Ou dur/Remenat Amanida d'enciam i olives Iogurt	Sopa d'au Contracuixa pollastre a les fines herbes Puré de patata Fruita del temps
dilluns 15	dimarts 16	dimecres 17	dijous 18	divendres 19
Arròs amb tomàquet i orenga <b>Palometa/Lluç al forn/planxa</b> Amanida d'enciam i olives Fruita del temps	Cigrons estofats amb verdures de temporada Truita de carbassó, ceba i patata Amanida d'enciam i pastanaga Lacti	Sopa de peix amb pasta fina <b>Pollastre forn amb ceba i dauets de poma (poc greix)</b> Fruita del temps	Crema de porro , ceba i patata <b>Magra a la planxa</b> Amanida d' enciam i tomàquet Fruita del temps	<b>Macarrons amb tomàquet</b> <b>Gall dindi a la planxa</b> Fruita del temps
dilluns 22	dimarts 23	dimecres 24	dijous 25	divendres 26
Arròs amb verduretes / bolets Truita/Ou dur amb pernil cuit Enciam i cogombre Fruita del temps	Panaché de verdures: patata, pastanaga i bledes <b>Carn magra a la planxa amb seques saltejades amb allet (poc greix)</b> Fruita del temps	Espirals tricolor amb oli d'oliva, all, espècies i formatge ratllat <b>Bacallà a la planxa</b> Amanida d'enciam i olives Fruita del temps	Llenties amb verduretes fresques <b>Gall dindi planxa</b> Amanida d'enciam i pastanaga Iogurt	Sopa amb meravella Pollastre forn a la llimona <b>Patata forn</b> Fruita del temps
dilluns 29	dimarts 30	dimecres 31	dijous 1	divendres 2
<b>Macarrons amb tomàquet</b> Lluç al forn Amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps	Sopa de gallina i verdures amb arròs <b>Vedella a la planxa amb amanida</b> Fruita del temps	Cigrons amb sofregit de tomàquet <b>Pollastre al forn</b> Fruita del temps		

Menús Revisats Dietètica i  
Nutricionalment per  
Dietista-Nutricionista  
Lourdes Bàguena Número  
col. CAT000460