



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres	I. Nutricional
1 <b>VACANCES</b>	2 <b>VACANCES</b>	3 <b>VACANCES</b>	4 <b>VACANCES</b>	5 <b>VACANCES</b>	Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0
8 Crema de carbassó Salsitxes amb pisto (carbassó, pebrot, ceba, tomàquet) Natilles	9 Patates Marineres (peix, ceba, tomàquet, pastanaga) Pernilets de pollastre a la llimona amb amanida Fruita	10 Arròs a la carbonara Palometa a la planxa amb poma i tomàquet logurt	11 Sopa d'aviram Truita de carbassó amb enciam i blat de moro Fruita	12 Llenties estofades (tomàquet, ceba, porro, pastanaga, patata, carbassó, api) San Marino (lluç, pernil dolç i formatge) amb enciam i pastanaga Fruita	Kcal: 554 HC: 56 Prot: 24 Lip: 27
15 Arròs napolitana Hamburguesa de vedella amb ceba i xampinyons Fruita	16 Sopa de picada (pasta, pernil dolç, ou i brou) Pollastre al forn amb poma i ceba Fruita	17 Mongeta tendra amb patates ofegades Escalopa de porc amb amanida Flam	18 Cigrons estofats (patata, ceba, tomàquet, pastanaga, carbassó i all) Limanda al forn amb patates panadera logurt	19 Macarrons a la amatriciana (sofregit: tomàquet, ceba, pastanaga; bacó, formatge) Truita francesa amb enciam i pastanaga Fruita	Kcal: 603 HC: 61 Prot: 26 Lip: 28
22 Fideuá (sofregit: tomàquet, ceba, pebrot, calamar, musclos) Pernilets de pollastre al forn amb poma i tomàquet Fruita	23 Mongeta tendra amb patates Magre amb tomàquet logurt	24 Llenties riojana (sofregit: tomàquet, ceba, porro; pastanaga, carbassó, patata, xoriço) Truita de pernil dolç amb enciam i blat de moro Fruita	25 Arròs tres delícies (pernil dolç, pèsols, truita) Varetes de lluç amb amanida Fruita	26 Crema de verdures (patata, carbassó, pastanaga, ceba, porro) Mandonguilles amb salsa de xampinyons logurt	Kcal: 638 HC: 59 Prot: 30 Lip: 29
29 Sopa de verdures amb pasta (pastanaga, api, porro, col) Pollo a l'ast amb patates xips Fruita	30 Espagueti carbonara (llet, farina i bacon) Palometa a la planxa amb amanida de tomàquet Natilles	31 Crema de carbassó (ceba, carbassó, patata) Ragout de vedella amb patates Fruita			Kcal: 681 HC: 66 Prot: 30 Lip: 38