

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

01

Sopa de lletres
Estofat de vedella amb patates i minestra
Fruita fresca/Pa
701,8Kcal - Prot:31,1g - Lip:31,6g - HC:68,9g
AGS:11,8g - Sucre:19,3g - Sal:1,5g

04

Mongetes tendres amb patates al vapor
Hamburguesa a la planxa amb ceba
caramel·litzada
Fruita fresca/Pa
745,5Kcal - Prot:22,2g - Lip:20,4g - HC:94,6g
AGS:6,8g - Sucre:53,0g - Sal:2,9g

05

Arròs ecològic amb salsa de tomàquet
Salmó a la planxa amb enciam, pastanaga i
blat de moro
iogurt sabors/Pa
721,6Kcal - Prot:31,9g - Lip:25,5g - HC:89,5g
AGS:5,3g - Sucre:23,6g - Sal:2,1g

06

FESTIU

07

FESTIU

08

FESTIU

11

Tallarines ecològics napolitana
Trita amb formatge i amanida d'enciam, blat
de moro i olives
Fruita fresca/Pa
709,6Kcal - Prot:28,7g - Lip:28,2g - HC:81,2g
AGS:8,3g - Sucre:20,1g - Sal:2,9g

12

Sopa de l'avia
Vedella a la jardineria
Fruita fresca/Pa
732,8Kcal - Prot:34,2g - Lip:32,8g - HC:70,5g
AGS:11,9g - Sucre:19,6g - Sal:1,6g

13

Mongetes blanques ecològiques amb
verdures
Varettes de lluç amb amanida de tomàquet
iogurt sabors/Pa
777,4Kcal - Prot:29,2g - Lip:24,4g - HC:101,7g
AGS:7,3g - Sucre:27,9g - Sal:2,8g

14

Verdura tricolor a l'oli d'all
Cuixa de gall dindi al forn amb amanida
d'enciam, tomàquet i pastanaga
Fruita fresca/Pa
639,7Kcal - Prot:38,4g - Lip:24,4g - HC:61,5g
AGS:5,6g - Sucre:23,9g - Sal:1,9g

15

Arròs ecològic amb verdures
Cua de rap a la biscaïna
Fruita ecològica/Pa
427,3Kcal - Prot:9,0g - Lip:4,1g - HC:85,5g
AGS:0,7g - Sucre:18,3g - Sal:1,0g

18

Llenties ecològiques amb verdures
Trita francesa amb amanida d'enciam,
tomàquet i blat de moro
Fruita fresca/Pa
568,2Kcal - Prot:29,6g - Lip:16,2g - HC:75,0g
AGS:3,1g - Sucre:20,1g - Sal:1,9g

19

**SOPA DE NADAL AMB GALETS
POLLASTRE ROSTIT AMB PRUNES I
PATATES FREGIDES
TORRÓ DE XOCOLATA**

20

Mongetes verdes amb patata al vapor
Mandonguilles a la jardineria
Fruita fresca/Pa
708,0Kcal - Prot:25,9g - Lip:33,2g - HC:70,1g
AGS:1,2g - Sucre:20,7g - Sal:1,2g

21

NO LECTIU

22

Crema de carbassó
Llom a la planxa amb amanida d'enciam,
pastanaga i blat de moro
Fruita fresca/Pa
530,3Kcal - Prot:31,0g - Lip:20,0g - HC:53,2g
AGS:4,9g - Sucre:18,9g - Sal:1,8g



BON NADAL!!!