

DILLUNS



6



13

Kcal775 Prot 34 Lip 25 HC 97
Ensalada de lechuga, tomate y jamón york
Lentejas ECO con verduras y taquitos de jamón
Lentilles ECO amb verdures i taquets pernil
Tortilla de patata con verduras al wok
Truita de creílla amb verdures al wok
Yogurt-logurt
Pan blanco-Pa blanc / Pan integral-Pa integral

20

Kcal767 Prot 21 Lip 33 HC 90
Ensalada de lechuga y bacon
Crema de calabacín con picatostes
Crema de carabasseta amb rostes
Albóndigas en salsa con guisantes y arroz
Mandonguilles en salsa amb pesols i arròs
Fruta-Fruita
Pan blanco-Pa blanc
Pan integral-Pa integral

27

Kcal739 Prot 34 Lip 26 HC 90
Ensalada de lechuga, tomate,manzana
Fideua-Fideuà
Tortilla con tempura de berenjena
Truita amb tempura de albergínia
Yogurt-logurt
Pan blanco-Pa blanc
Pan integral-Pa integral

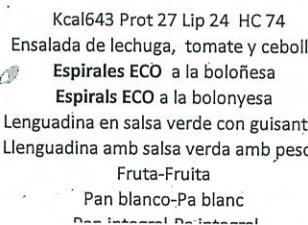
DIMARTS



7

Kcal 675 Prot 24 Lip 27 HC 78
Ensalada de lechuga, tomate y atún
Fabada asturiana
Fabada asturiana
Pizza de york
Pizza de pernil dolç
Fruta-Fruita
Pan blanco-Pa blanc
Pan integral-Pa integral

14



21

Kcal 640 Prot 26 Lip 17 HC 68
Ensalada de lechuga, manzana, surimi
Garbanzos con verduras
Cigrons amb verdures
Tortilla francesa con zanahoria baby
Truita francesa amb carlota baby
Fruta-Fruita
Pan blanco-Pa blanc
Pan integral-Pa integral

28

Kcal 629 Prot 27 Lip 21 HC 73
Ensalada de lechuga, aceituna y pepino
Crema de legumbres/ Crema de Llegums
Meluza con salsa verde con champiñones
Lluçalm salsa verda amb xampinyons
Fruta-Fruita
Pan blanco-Pa blanc
Pan integral-Pa integral

DIMECRES



8

Kcal 671 Prot 28 Lip 26 HC 78
Ensalada de lechuga, manzana y zanahoria
Coditos a los tres quesos
Colrets als tres formiges
Palometa al horno con ratatouille
Palometa al forn amb ratatouille
Fruta-Fruita
Pan blanco-Pa blanc
Pan integral-Pa integral

15

Kcal.603 Prot 30 Lip 21 HC 70
Ensalada de lechuga y espárragos
Sopa de pescado-Sopa de peix
Alitas de pollo a la barbacoa
Aletes de pollastre a la barbacoa
Fruta-Fruita
Pan blanco-Pa blanc
Pan integral-Pa integral

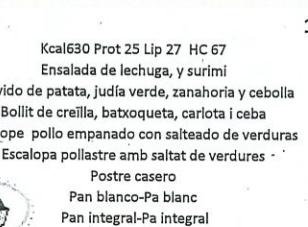
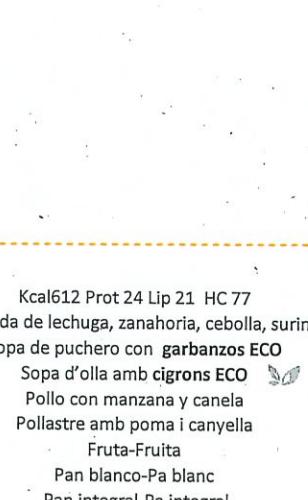
22

Kcal689 Prot 26 Lip 20 HC 99
Ensalada de lechuga, tomate, pepino
Macarrones ECO con tomate y york
Macarrons ECO amb tomata i pernil dolç
Bacalao al horno con cebolla caramelizada
Bacallà al forn amb ceba caramel.litzada
Fruta-Fruita
Pan blanco-Pa blanc
Pan integral-Pa integral

29

Kcal701 Prot 28 Lip 32 HC 71
Ensalada de lechuga y remolacha
Sopa de pollo-Sopa de pollastre
Ragout de ternera con patatas dado
Ragout de vedella amb creïlles dau
Fruta-Fruita
Pan blanco-Pa blanc
Pan integral-Pa integral

DIJOUS



9

Kcal747 Prot 23 Lip 17 HC 123
Ensalada de lechuga, col y zanahoria
Arroz al horno
Arròs al forn
Tosta de salmorejo y caballa
Tosta de salmorejo i ceba
Yogurt-logurt
Pan blanco-Pa blanc
Pan integral-Pa integral

16

Kcal714 Prot 14 Lip 27 HC 102
Ensalada completa de tomate, cebolla, huevo y atún
Arroz a banda - Arròs a banda
Miniepanadilla de tomate y atún
Miniepanadilla de tomàquet i tonyina
Fruta-Fruita
Pan blanco-Pa blanc
Pan integral-Pa integral

23

Kcal 815 Prot 31 Lip 38 HC 77
Ensalada de lechuga, manzana y zanahoria
Taco de verduras con tomate especiado
Taco de verdures amb tomàquet especiat
Lomo adobado con coliflor en tempura
Llom adobat amb floricol en tempura
Fruta-Fruita
Pan blanco-Pa blanc
Pan integral-Pa integral

30

Kcal693 Prot 31 Lip 33 HC 63
Ensalada de lechuga y atún
Lentejas ECO con chorizo
Lentilles ECO amb xoriço
Abadejo crujiente casero con pisto de verduras
Abadejo crujient cassolà amb sanfaina de verdures
Fruta-Fruita
Pan blanco-Pa blanc / Pan integral-Pa integral

10

Kcal710 Prot 32 Lip 22 HC 93
Ensalada de lechuga, tomate y mozzarella grano
Arroz meloso de pollo y champiñones
Arròs melós de pollastre i xampinyons
Albóndigas de bacalao
Mandonguilles de bacallà
Yogurt-logurt
Pan blanco-Pa blanc / Pan integral-Pa integral

17

Kcal697 Prot 22 Lip 17 HC 107
Ensalada de lechuga, pepino y maíz
Arroz a la cubana
Arròs a la cubana
Longaniza de ave
Llonganisa d'au
Fruta-Fruita
Pan blanco-Pa blanc
Pan integral-Pa integral

31