

 	<i>Kcal696 Prot 27 Lip 24 HC 87</i> Ensalada de lechuga y zanahoria Lentejas a la mediterránea Llentilles a la mediterrània Milhojas de hojaldre con york y mozzarella Pasta fullada amb pernil dolç i mozzarel.la Fruta-Fruita Pan integral-Pa integral	<i>Kcal812 Prot 36 Lip 39 HC 101</i> Ensalada de lechuga, tomate, aceitunas Espaguetis ECO a la carbonara Espaguetis ECO a la carbonara Merluza en salsa de tomate, albahaca y aceitunas Lluç en salsa de tomata, alfàbega i olives MANZANA GOLDEN-POMA GOLDEN Pan blanco-Pa blanc	<i>Kcal672 Prot 36 Lip 21 HC 79</i> Ensalada de lechuga, tomate y jamón york Potaje de garbanzos Potatge de cigrons Pollo asado con quinoa ECO y verduras Pollastre rostit amb quinoa ECO i verdures Lácteo-Lacti Pan integral-Pa integral	<i>Kcal747 Prot 23 Lip 17 HC 123</i> Ensalada de lechuga, col y zanahoria Arroz a banda Arròs a banda Tosta de salmorejo y caballa Tosta de salmorejo i ceba Fruta-Fruita Pan blanco-Pa blanc
<u>LUNES/DILLUNS 07</u> <i>Kcal751 Prot 32 Lip 24 HC 96</i> Ensalada de lechuga, cebolla y tomate Sopa de verduras con fideos Sopa de verdures amb fideus Hamburguesa completa con patatas fritas Hamburguesa completa amb creïlles fregides Fruta-Fruita Pan blanco-Pa blanc	<u>MARTES/DIMARTS 08</u> <i>Kcal604 Prot 25 Lip 24 HC 72</i> Ensalada de tomate y queso fresco Crema de calabaza con picastostes Crema de carabassa amb rostes Salmón con zanahoria, pimienta y cebolla al papillote Salmó amb carlota, pimentó i ceba al papillote Fruta-Fruita Pan integral-Pa integral	<u>MIÉRCOLES/DIMECRES 09</u> FESTIVO FESTIU	<u>JUEVES/DIJOUS 10</u> <i>Kcal 790 Prot 22 Lip 30 HC 108</i> Ensalada de lechuga, tomate y pepino Tallarines napolitana- Tallarins napolitana Albóndigas de bacalao con mousse de guisantes Mandonguilles de bacallà amb mousse de pesols Lácteo-Lacti Pan integral-Pa integral	<u>VIERNES/DIVENDRES 11</u> <i>Kcal652 Prot 26 Lip 23 HC 84</i> Ensalada de lechuga, tomate y maíz Arroz con alubias y nabos Arròs amb fesols i naps Jamón york y queso a la plancha Pernil dolç i formatge a la planxa MANZANA GRANNY SMITH-POMA GRANNY SMITH Pan blanco- Pa blanc
<u>LUNES/DILLUNS 14</u> <i>Kcal629 Prot 29Lip 24HC 68</i> Ensalada de lechuga, tomate, cebolla y aceitunas Guisadito de sepia-Guisaet de sépia Tortilla con champiñones Trita amb xampinyons Fruta-Fruita Pan blanco-Pa blanc	<u>MARTES/DIMARTS 15</u> <i>Kcal 675 Prot 24 Lip 27 HC 78</i> Ensalada de lechuga, tomate y atún Fabada asturiana Favada asturiana Pizza de york Pizza de pernil dolç MANZANA RED CHIEF-POMA RED CHIEF Pan integral-Pa integral	<u>MIÉRCOLES/DIMECRES 16</u> <i>Kcal 671 Prot 28 Lip 26 HC 78</i> Ensalada de lechuga, manzana y zanahoria Tallarines con verduras y huevo Tallarins amb verdures i ou Palometa al horno con ratatouille Palometa al forn amb ratatouille Fruta-Fruita Pan blanco-Pa blanc	<u>JUEVES/DIJOUS 17</u> <i>Kcal612 Prot 24 Lip 21 HC 77</i> Ensalada de lechuga, zanahoria, cebolla, surimi Sopa de puchero con garbanzos ECO Sopa d'olla amb cigrons ECO Cocido completo Olla completa Yogurt-logurt Pan integral-Pa integral	<u>VIERNES/DIVENDRES 18</u> <i>Kcal704 Prot 13 Lip 28 HC 100</i> Ensalada completa de lechuga, tomate, atún, aceitunas, maíz, zanahoria y huevo Arroz al horno-Arròs al forn Tosta de hummus-Tosta de hummus Fruta-Fruita Pan blanco-Pa blanc
<u>LUNES/DILLUNS 21</u> <i>Kcal775 Prot 34 Lip 25 HC 97</i> Ensalada de lechuga, tomate y jamón york Lentejas ECO con verduras y taquitos de jamón Llentilles ECO amb verdures i taquets de pernil Tortilla de patata con verduras al wok Trita de creïlla amb verdures al wok Fruta-Fruita Pan blanco-Pa blanc	<u>MARTES/DIMARTS 22</u> <i>Kcal643 Prot 27 Lip 24 HC 74</i> Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Espirales ECO con atún y tomate Espirals ECO amb tonyina i tomata Lenguadina en salsa verde con guisantes Llenguadina amb salsa verda amb pesols Fruta-Fruita Pan integral-Pa integral	<u>MIÉRCOLES/DIMECRES 23</u> <i>Kcal701 Prot 28 Lip 32 HC 71</i> Ensalada de lechuga y remolacha Sopa de pescado-Sopa de peix Ragout de ternera con patatas dado Ragout de vedella amb creïlles dau MANZANA FUJI-POMA FUJI Pan blanco-Pa blanc	<u>JUEVES/DIJOUS 24</u> <i>Kcal630 Prot 25 Lip 27 HC 67</i> Ensalada de lechuga, y surimi Hervido de patata, judía verde, zanahoria y cebolla Bollit de creïlla, batxoqueta, carlota i ceba Escalope pollo empanado con salteado de verduras Escalopa pollastre amb saltat de verdures Yogurt-logurt Pan integral-Pa integral	<u>VIERNES/DIVENDRES 25</u> <i>Kcal714 Prot 14 Lip 27 HC 102</i> Ensalada completa de tomate, cebolla, huevo y atún Paella valenciana Paella valenciana Tosta de hummus- Tosta de hummus Fruta-Fruita Pan blanco-Pa blanc
<u>LUNES/DILLUNS 28</u> MENÚ MANZANA ENSALADA Lechuga, zanahoria, manzana, maíz 1ER PLATO Vichyssoise de manzana 2º PLATO Pollo al horno con salsa de manzana POSTRE TARTA MANZANA	<u>MARTES/DIMARTS 29</u> <i>Kcal 640 Prot 26 Lip 17 HC 68</i> Ensalada de lechuga, tomate y surimi Garbanzos al curry con trigo ebly Cigrons al curry amb blat ebly Tortilla francesa con zanahoria baby Trita francesa amb carlota baby Fruta-Fruita Pan integral- Pa integral	<u>MIÉRCOLES/DIMECRES 30</u> <i>Kcal710 Prot 32 Lip 22 HC 93</i> Ensalada de lechuga, tomate y mozzarella grano Arroz meloso de pollo y champiñones Arròs melós de pollastre i xampinyons Merluza en salsa de puerros Lluç en salsa amb de porros Fruta-Fruita Pan blanco-Pa blanc	<u>JUEVES/DIJOUS 31</u> <i>Kcal 815 Prot 31 Lip 38 HC 77</i> Ensalada de lechuga, manzana y zanahoria Macarrones con york y queso Macarrons amb pernil dolç i formatge Jamón braseado con coliflor en tempura Pernil braseado amb floricol en tempura Lácteo-Lacti Pan integral-Pa integral	