



MENÚ CC BAGES
Novembre



DIETA:

Sense porc

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
689 Kcal 26 Gr 13 Prot 90 HC 3 Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita a la francesa amb formatge -2-3 Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	751 Kcal 24 Gr 20 Prot 111 HC 4 Crema de carabassó ecològic (carabassó, porro i patata) -10-13 Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	796 Kcal 26 Gr 24 Prot 118 HC 5 Escudella amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga i pollastre) -1-10 Legums i verdures d'escudella (cigrons eco, col i patata) -10T-13 Tomàquet amanit -Pa integral- Fruita del temps	567 Kcal 24 Gr 27 Prot 62 HC 6 Coliflor amb patata al vapor -13 Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1 Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2 -Pa integral- Fruita del temps	577 Kcal 27 Gr 30 Prot 50 HC 7 Mongetes blanques eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2
568 Kcal 32 Gr 18 Prot 52 HC 10 Bròquil amb patata xafada -10T-13 Botifarra de gall dindi al forn -8-13 Xampinyons a l'allet -Pa integral- Fruita del temps	748 Kcal 35 Gr 36 Prot 74 HC 11 Llentilles ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita de patates i ceba -3 Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2	688 Kcal 28 Gr 20 Prot 89 HC 12 Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor -Pa integral- Fruita del temps	714 Kcal 27 Gr 17 Prot 100 HC 13 Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Espaguetis integrals ecològics amb beixamel vegetal -1-8 Tomàquet amanit -Pa integral- Fruita del temps	738 Kcal 26 Gr 22 Prot 104 HC 14 Hummus de cigrons ecològics amb torradetes -1-2-3T-8-9T-10T-12T Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8 Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps
725 Kcal 25 Gr 27 Prot 99 HC 17 Llentilles ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	681 Kcal 34 Gr 17 Prot 77 HC 18 Crema de carabassa ecològica i cigrons -10 Lasanya casolana de verdures amb beixamel vegetal 1-2-3-8T-9-11T Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	640 Kcal 23 Gr 21 Prot 87 HC 19 Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) -Pa integral- Fruita del temps	551 Kcal 27 Gr 24 Prot 54 HC 20 Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2	587 Kcal 24 Gr 30 Prot 61 HC 21 Bledes amb patata a l'allet Daus de pit de pollastre Mongeta blanca ecològica saltada -Pa integral- Fruita del temps
773 Kcal 27 Gr 19 Prot 114 HC 24 Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	626 Kcal 25 Gr 22 Prot 74 HC 25 Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Hamburguesa de coliflor -1-2-3-12 Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC 26 Trinxat de col i patata -10T Daus de gall dindi amb salsa de prunes -Pa integral- Fruita del temps	611 Kcal 26 Gr 19 Prot 76 HC 27 Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3 -Pa integral- Fruita del temps	639 Kcal 26 Gr 25 Prot 77 HC 28 Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2



MENÚ CC BAGES
Novembre



DIETA:

Sense carn

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
689 Kcal 26 Gr 13 Prot 90 HC 3 Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita a la francesa amb formatge -2-3 Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	751 Kcal 24 Gr 20 Prot 111 HC 4 Crema de carabassó ecològic (carabassó, porro i patata) -10-13 Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	784 Kcal 30 Gr 22 Prot 106 HC 5 Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, col i patata) -1T-3T-10 Legums i verdures d'escudella (cigrons eco, col i patata) -10T-13 Tomàquet amanit -Pa integral- Fruita del temps	630 Kcal 26 Gr 16 Prot 84 HC 6 Coliflor amb patata al vapor -13 Varetes de verdures al forn a la barbacoa -1-8T-11T Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2 -Pa integral- Fruita del temps	577 Kcal 27 Gr 30 Prot 50 HC 7 Mongetes blanques eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2
586 Kcal 33 Gr 22 Prot 50 HC 10 Bròquil amb patata xafada -10T-13 Filet de lluç al forn -4 Xampinyons a l'allet -Pa integral- Fruita del temps	748 Kcal 35 Gr 36 Prot 74 HC 11 Llentilles ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita de patates i ceba -3 Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2	688 Kcal 28 Gr 20 Prot 89 HC 12 Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor -Pa integral- Fruita del temps	714 Kcal 27 Gr 17 Prot 100 HC 13 Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Espaguetis integrals ecològics amb beixamel vegetal -1-8 Tomàquet amanit -Pa integral- Fruita del temps	738 Kcal 26 Gr 22 Prot 104 HC 14 Hummus de cigrons ecològics amb torradetes -1-2-3T-8-9T-10T-12T Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8 Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps
725 Kcal 25 Gr 27 Prot 99 HC 17 Llentilles ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	681 Kcal 34 Gr 17 Prot 77 HC 18 Crema de carabassa ecològica i cigrons -10 Lasanya casolana de verdures amb beixamel vegetal 1-2-3-8T-9-11T Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	698 Kcal 31 Gr 10 Prot 84 HC 19 Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Remanat d'ou amb bolets -3 -Pa integral- Fruita del temps	551 Kcal 27 Gr 24 Prot 54 HC 20 Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2	726 Kcal 24 Gr 29 Prot 91 HC 21 Bledes amb patata a l'allet Mongeta blanca ecològica saltada Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps
775 Kcal 27 Gr 19 Prot 115 HC 24 Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	626 Kcal 25 Gr 22 Prot 74 HC 25 Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Hamburguesa de coliflor -1-2-3-12 Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	670 Kcal 33 Gr 21 Prot 70 HC 26 Trinxat de col i patata -10T Lluç al forn amb salsa de prunes -4 -Pa integral- Fruita del temps	609 Kcal 26 Gr 18 Prot 77 HC 27 Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3 -Pa integral- Fruita del temps	642 Kcal 26 Gr 24 Prot 78 HC 28 Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2



MENÚ CC BAGES
Novembre



DIETA:

Ovolacteovegetariana

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
689 Kcal 26 Gr 13 Prot 90 HC 3	751 Kcal 24 Gr 20 Prot 111 HC 4	784 Kcal 30 Gr 22 Prot 106 HC 5	630 Kcal 26 Gr 16 Prot 84 HC 6	632 Kcal 35 Gr 22 Prot 54 HC 7
Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita a la francesa amb formatge -2-3 Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	Crema de carabassó ecològic (carabassó, porro i patata) -10-13 Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, col i patata) -1T-3T-10 Legums i verdures d'escudella (cigrons eco, col i patata) -10T-13 Tomàquet amanit -Pa integral- Fruita del temps	Coliflor amb patata al vapor -13 Varetes de verdures al forn a la barbacoa -1-8T-11T Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2 -Pa integral- Fruita del temps	Amanida completa Mongetes blanques eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2
565 Kcal 23 Gr 18 Prot 70 HC 10	748 Kcal 35 Gr 36 Prot 74 HC 11	797 Kcal 28 Gr 15 Prot 120 HC 12	714 Kcal 27 Gr 17 Prot 100 HC 13	738 Kcal 26 Gr 22 Prot 104 HC 14
Bròquil amb patata xafada -10T-13 Pèsols saltats amb ceba i xampinyons -10T Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	Llentilles ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita de patates i ceba -3 Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2	Arròs ecològic amb samfaina i pèsols (pebrot, albergínia, ceba i tomàquet) -10T Rotllets de primavera al forn 1-8T-11T Edamame al vapor -Pa integral- Fruita del temps	Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Espaguetis integrals ecològics amb beixamel vegetal -1-8 Tomàquet amanit -Pa integral- Fruita del temps	Hummus de cigrons ecològics amb torraderes -1-2-3T-8-9T-10T-12T Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8 Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps
725 Kcal 25 Gr 27 Prot 99 HC 17	681 Kcal 34 Gr 17 Prot 77 HC 18	698 Kcal 31 Gr 10 Prot 84 HC 19	710 Kcal 26 Gr 29 Prot 81 HC 20	726 Kcal 24 Gr 29 Prot 91 HC 21
Llentilles ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	Crema de carabassa ecològica i cigrons -10 Lasanya casolana de verdures amb beixamel vegetal 1-2-3-8T-9-11T Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Remanat d'ou amb bolets -3 -Pa integral- Fruita del temps	Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10 Pèsols a l'allet -13 Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2	Bledes amb patata a l'allet Mongeta blanca ecològica saltada Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps
773 Kcal 27 Gr 19 Prot 114 HC 24	626 Kcal 25 Gr 22 Prot 74 HC 25	598 Kcal 34 Gr 17 Prot 57 HC 26	611 Kcal 26 Gr 19 Prot 76 HC 27	804 Kcal 34 Gr 19 Prot 106 HC 28
Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Hamburguesa de coliflor -1-2-3-12 Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	Trinxat de col i patata -10T Truita francesa -3 Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3 -Pa integral- Fruita del temps	Arròs eco a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga) Varetes de verdures al forn -1-8T-11T Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2



MENÚ CC BAGES
Novembre



DIETA:

Sense gluten

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
750 Kcal 32 Gr 11 Prot 94 HC 3 Arròs amb verdures (ceba, pastanaga i carbassó) Trita a la francesa amb formatge -2-3 Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps	711 Kcal 34 Gr 20 Prot 79 HC 4 Crema de carbassó ecològic (carbassó, porro i patata) -10-13 Pollastre al forn Macarrons s/gluten amb orenga -8T Pa s/gluten 3 Fruita del temps	759 Kcal 31 Gr 23 Prot 97 HC 5 Escudella amb pasta s/gluten (porro, nap, api, pastanaga i pollastre) -8T-10 Carn d'olla (cigrans ecològics, col i patata amb pilota) -8-10T-13 Tomàquet amanit Pa s/gluten 3 Fruita del temps	506 Kcal 25 Gr 24 Prot 46 HC 6 Coliflor amb patata al vapor -13 Aletes de pollastre al forn Rodanxa de carbassó a la pizza (carbassó, tomàquet, formatge i orenga) -2 Pa s/gluten 3 Fruita del temps	568 Kcal 28 Gr 27 Prot 46 HC 7 Mongetes blanques eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa s/gluten 3 Iogurt natural -2
559 Kcal 33 Gr 15 Prot 48 HC 10 Bròquil amb patata xafada -10T-13 Botifarra de gall dindi al forn -8-13 Xampinyons a l'allet Pa s/gluten 3 Fruita del temps	680 Kcal 36 Gr 30 Prot 55 HC 11 Lentilles s/gluten estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Trita de patates i ceba -3 Amanida variada Pa s/gluten 3 Iogurt natural -2	679 Kcal 29 Gr 17 Prot 85 HC 12 Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor Pa s/gluten 3 Fruita del temps	711 Kcal 31 Gr 11 Prot 97 HC 13 Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Espaguets s/gluten amb carbonara (bacó i beguda vegetal) -8 Tomàquet amanit Pa s/gluten 3 Fruita del temps	664 Kcal 24 Gr 16 Prot 94 HC 14 Hummus de cigrons amb pastanaga Panini de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carbassó) -3 Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps
717 Kcal 26 Gr 25 Prot 96 HC 17 Lentilles s/gluten estofades amb arròs (ceba, all, pastanaga i pebrot) Trita francesa -3 Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps	689 Kcal 24 Gr 13 Prot 104 HC 18 Crema de carbassa ecològica i cigrons -10 Espirals s/gluten amb verdures (ceba, pastanaga i carbassó) -8T Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps	631 Kcal 24 Gr 19 Prot 83 HC 19 Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) Pa s/gluten 3 Fruita del temps	564 Kcal 28 Gr 21 Prot 56 HC 20 Sopa de verdures amb pasta s/gluten (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -8T-10 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa s/gluten 3 Iogurt natural -2	579 Kcal 25 Gr 27 Prot 57 HC 21 Bledes amb patata a l'allet Daus de pit de pollastre Mongeta blanca ecològica saltada Pa s/gluten 3 Fruita del temps
731 Kcal 24 Gr 14 Prot 111 HC 24 Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor Fideuada s/gluten amb verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pastanaga) -8T-10T Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps	578 Kcal 25 Gr 23 Prot 59 HC 25 Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Trita francesa -3 Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps	543 Kcal 27 Gr 5 Prot 66 HC 26 Trinxat de col i patata -10T Daus de gall dindi amb salsa de prunes Pa s/gluten 3 Fruita del temps	602 Kcal 27 Gr 16 Prot 73 HC 27 Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Cigrans ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3 Pa s/gluten 3 Fruita del temps	631 Kcal 27 Gr 22 Prot 73 HC 28 Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carbassó i pastanaga) -10T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa s/gluten 3 Iogurt natural -2

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>659 Kcal 24 Gr 20 Prot 90 HC 3</p> <p>Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita francesa -3</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>751 Kcal 24 Gr 20 Prot 111 HC 4</p> <p>Crema de carabassó ecològic (carabassó, porro i patata) -10-13 Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>830 Kcal 30 Gr 29 Prot 113 HC 5</p> <p>Escudella amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga i pollastre) -1-10 Carn d'olla (cigrons ecològics, col i patata amb pilota) -8-10T-13 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>517 Kcal 23 Gr 21 Prot 60 HC 6</p> <p>Coliflor amb patata al vapor -13 Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1</p> <p>Rodanxes de carabassó al forn Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>587 Kcal 27 Gr 32 Prot 50 HC 7</p> <p>Mongetes blanques eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural s/lactosa 2</p>
<p>568 Kcal 32 Gr 18 Prot 52 HC 10</p> <p>Bròquil amb patata xafada -10T-13 Botifarra de gall dindi al forn -8-13</p> <p>Xampinyons a l'allet Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>758 Kcal 35 Gr 37 Prot 74 HC 11</p> <p>Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita de patates i ceba -3</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural s/lactosa 2</p>	<p>688 Kcal 28 Gr 20 Prot 89 HC 12</p> <p>Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Edamame al vapor Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>710 Kcal 25 Gr 19 Prot 100 HC 13</p> <p>Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>673 Kcal 23 Gr 18 Prot 98 HC 14</p> <p>Hummus de cigrons amb pastanaga Panini de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -3</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>
<p>725 Kcal 25 Gr 27 Prot 99 HC 17</p> <p>Llenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot)</p> <p>Truita francesa -3</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>688 Kcal 23 Gr 18 Prot 102 HC 18</p> <p>Crema de carabassa ecològica i cigrons -10 Espirals amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) -1-8T-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>640 Kcal 23 Gr 21 Prot 87 HC 19</p> <p>Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets)</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>562 Kcal 27 Gr 25 Prot 55 HC 20</p> <p>Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural s/lactosa 2</p>	<p>587 Kcal 24 Gr 30 Prot 61 HC 21</p> <p>Bledes amb patata a l'allet Daus de pit de pollastre Mongeta blanca ecològica saltada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>
<p>773 Kcal 27 Gr 19 Prot 114 HC 24</p> <p>Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>587 Kcal 24 Gr 26 Prot 63 HC 25</p> <p>Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Truita francesa -3</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC 26</p> <p>Trinxat de col i patata -10T Daus de gall dindi amb salsa de prunes</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>611 Kcal 26 Gr 19 Prot 76 HC 27</p> <p>Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>650 Kcal 26 Gr 26 Prot 77 HC 28</p> <p>Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural s/lactosa 2</p>

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>667 Kcal 23 Gr 26 Prot 89 HC 3</p> <p>Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Rap al forn -4</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>751 Kcal 24 Gr 20 Prot 111 HC 4</p> <p>Crema de carabassó ecològic (carabassó, porro i patata) -10-13 Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>830 Kcal 30 Gr 29 Prot 113 HC 5</p> <p>Escudella amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga i pollastre) -1-10 Carn d'olla (cigrons ecològics, col i patata amb pilota) -8-10T-13 Tomàquet amanit</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>567 Kcal 24 Gr 27 Prot 62 HC 6</p> <p>Coliflor amb patata al vapor -13 Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1</p> <p>Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>577 Kcal 27 Gr 30 Prot 50 HC 7</p> <p>Mongetes blanques eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2</p>
<p>568 Kcal 32 Gr 18 Prot 52 HC 10</p> <p>Bròquil amb patata xafada -10T-13 Botifarra de gall dindi al forn -8-13</p> <p>Xampinyons a l'allet Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>736 Kcal 38 Gr 35 Prot 66 HC 11</p> <p>Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Pollastre al forn</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2</p>	<p>688 Kcal 28 Gr 20 Prot 89 HC 12</p> <p>Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Edamame al vapor Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>710 Kcal 25 Gr 19 Prot 100 HC 13</p> <p>Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>669 Kcal 25 Gr 20 Prot 92 HC 14</p> <p>Hummus de cigrons amb pastanaga Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>
<p>737 Kcal 24 Gr 31 Prot 99 HC 17</p> <p>Llenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot) Filet de lluç al forn -4</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>688 Kcal 23 Gr 18 Prot 102 HC 18</p> <p>Crema de carabassa ecològica i cigrons -10 Espirals amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) -1-8T-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>640 Kcal 23 Gr 21 Prot 87 HC 19</p> <p>Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets)</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>445 Kcal 17 Gr 23 Prot 51 HC 20</p> <p>Sopa de verdures amb pasta fina (porro, nap, api, pastanaga) -1-10 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2</p>	<p>587 Kcal 24 Gr 30 Prot 61 HC 21</p> <p>Bledes amb patata a l'allet Daus de pit de pollastre Mongeta blanca ecològica saltada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>
<p>773 Kcal 27 Gr 19 Prot 114 HC 24</p> <p>Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>670 Kcal 25 Gr 20 Prot 88 HC 25</p> <p>Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Varetes de verdures al forn -1-8T-11T</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC 26</p> <p>Trinxat de col i patata -10T Daus de gall dindi amb salsa de prunes</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>581 Kcal 25 Gr 16 Prot 72 HC 27</p> <p>Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Cigrons saltats amb verdures (tomàquet, ceba, all i pastanaga) -10T</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>639 Kcal 26 Gr 25 Prot 77 HC 28</p> <p>Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2</p>



MENÚ CC BAGES
Novembre



DIETA:

Sense peix

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
689 Kcal 26 Gr 13 Prot 90 HC 3 Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita a la francesa amb formatge -2-3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	751 Kcal 24 Gr 20 Prot 111 HC 4 Crema de carabassó ecològic (carabassó, porro i patata) -10-13 Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	830 Kcal 30 Gr 29 Prot 113 HC 5 Escudella amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga i pollastre) -1-10 Carn d'olla (cigrons ecològics, col i patata amb pilota) -8-10T-13 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	567 Kcal 24 Gr 27 Prot 62 HC 6 Coliflor amb patata al vapor -13 Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1 Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	723 Kcal 34 Gr 24 Prot 76 HC 7 Mongetes blanques eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Varetes de verdures al forn -1-8T-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2
568 Kcal 32 Gr 18 Prot 52 HC 10 Bròquil amb patata xafada -10T-13 Botifarra de gall dindi al forn -8-13 Xampinyons a l'allet Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	748 Kcal 35 Gr 36 Prot 74 HC 11 Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita de patates i ceba -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	804 Kcal 39 Gr 24 Prot 91 HC 12 Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) Pollastre al forn Edamame al vapor Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	710 Kcal 25 Gr 19 Prot 100 HC 13 Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	738 Kcal 26 Gr 22 Prot 104 HC 14 Hummus de cigrons ecològics amb torradetes -1-2-3T-8-9T-10T-12T Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
725 Kcal 25 Gr 27 Prot 99 HC 17 Llenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	681 Kcal 34 Gr 17 Prot 77 HC 18 Crema de carabassa ecològica i cigrons -10 Lasanya casolana de verdures amb beixamel vegetal 1-2-3-8T-9-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	640 Kcal 23 Gr 21 Prot 87 HC 19 Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	666 Kcal 34 Gr 19 Prot 70 HC 20 Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10 Truita de carabassó -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	587 Kcal 24 Gr 30 Prot 61 HC 21 Bledes amb patata a l'allet Daus de pit de pollastre Mongeta blanca ecològica saltada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
773 Kcal 27 Gr 19 Prot 114 HC 24 Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	626 Kcal 25 Gr 22 Prot 74 HC 25 Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Hamburguesa de coliflor -1-2-3-12 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC 26 Trinxat de col i patata -10T Daus de gall dindi amb salsa de prunes Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	611 Kcal 26 Gr 19 Prot 76 HC 27 Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	702 Kcal 33 Gr 25 Prot 78 HC 28 Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T Truita francesa -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2



MENÚ CC BAGES
Novembre



DIETA:

Sense marisc

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
692 Kcal 26 Gr 23 Prot 90 HC 3 Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita a la francesa amb formatge -2-3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	751 Kcal 24 Gr 20 Prot 111 HC 4 Crema de carabassó ecològic (carabassó, porro i patata) -10-13 Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	839 Kcal 31 Gr 29 Prot 112 HC 5 Escudella amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga i pollastre) -1-10 Carn d'olla (cigrons ecològics, col i patata amb pilota) -8-10T-13 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	470 Kcal 18 Gr 12 Prot 66 HC 6 Coliflor amb patata al vapor -13 Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1 Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	723 Kcal 34 Gr 24 Prot 76 HC 7 Mongetes blanques eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Varetes de verdures al forn -1-8T-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2
568 Kcal 32 Gr 18 Prot 52 HC 10 Bròquil amb patata xafada -10T-13 Botifarra de gall dindi al forn -8-13 Xampinyons a l'allet Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	748 Kcal 35 Gr 36 Prot 74 HC 11 Llentilles ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita de patates i ceba -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	804 Kcal 39 Gr 24 Prot 91 HC 12 Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) Pollastre al forn Edamame al vapor Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	710 Kcal 25 Gr 19 Prot 100 HC 13 Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	740 Kcal 26 Gr 22 Prot 104 HC 14 Hummus de cigrons ecològics amb torradetes -1-2-3T-8-9T-10T-12T Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
725 Kcal 25 Gr 27 Prot 99 HC 17 Llentilles ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	681 Kcal 34 Gr 17 Prot 77 HC 18 Crema de carabassa ecològica i cigrons -10 Lasanya casolana de verdures amb beixamel vegetal 1-2-3-8T-9-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	570 Kcal 22 Gr 10 Prot 85 HC 19 Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	666 Kcal 34 Gr 19 Prot 70 HC 20 Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10 Truita de carabassó -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	549 Kcal 24 Gr 29 Prot 52 HC 21 Bledes amb patata a l'allet Daus de pit de pollastre Mongeta blanca ecològica saltada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
775 Kcal 27 Gr 19 Prot 115 HC 24 Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	626 Kcal 25 Gr 22 Prot 74 HC 25 Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Hamburguesa de coliflor -1-2-3-12 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC 26 Trinxat de col i patata -10T Daus de gall dindi amb salsa de prunes Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	609 Kcal 26 Gr 18 Prot 77 HC 27 Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	705 Kcal 33 Gr 25 Prot 78 HC 28 Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T Truita francesa -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2



MENÚ CC BAGES
Novembre



DIETA:

Sense crustacis

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>689 Kcal 26 Gr 13 Prot 90 HC 3</p> <p>Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita a la francesa amb formatge -2-3</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>751 Kcal 24 Gr 20 Prot 111 HC 4</p> <p>Crema de carabassó ecològic (carabassó, porro i patata) -10-13 Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>830 Kcal 30 Gr 29 Prot 113 HC 5</p> <p>Escudella amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga i pollastre) -1-10 Carn d'olla (cigrons ecològics, col i patata amb pilota) -8-10T-13 Tomàquet amanit</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>567 Kcal 24 Gr 27 Prot 62 HC 6</p> <p>Coliflor amb patata al vapor -13 Aletes de pollastre al forn a la barbaoca -1</p> <p>Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>723 Kcal 34 Gr 24 Prot 76 HC 7</p> <p>Mongetes blanques eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Varetes de verdures al forn -1-8T-11T</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2</p>
<p>568 Kcal 32 Gr 18 Prot 52 HC 10</p> <p>Bròquil amb patata xafada -10T-13 Botifarra de gall dindi al forn -8-13</p> <p>Xampinyons a l'allet Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>748 Kcal 35 Gr 36 Prot 74 HC 11</p> <p>Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita de patates i ceba -3</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2</p>	<p>804 Kcal 39 Gr 24 Prot 91 HC 12</p> <p>Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) Pollastre al forn</p> <p>Edamame al vapor Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>710 Kcal 25 Gr 19 Prot 100 HC 13</p> <p>Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>738 Kcal 26 Gr 22 Prot 104 HC 14</p> <p>Hummus de cigrons ecològics amb torradetes -1-2-3T-8-9T-10T-12T Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>
<p>725 Kcal 25 Gr 27 Prot 99 HC 17</p> <p>Llenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot)</p> <p>Truita francesa -3</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>681 Kcal 34 Gr 17 Prot 77 HC 18</p> <p>Crema de carabassa ecològica i cigrons -10</p> <p>Lasanya casolana de verdures amb beixamel vegetal 1-2-3-8T-9-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>640 Kcal 23 Gr 21 Prot 87 HC 19</p> <p>Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)</p> <p>Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets)</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>666 Kcal 34 Gr 19 Prot 70 HC 20</p> <p>Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10 Truita de carabassó -3</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2</p>	<p>587 Kcal 24 Gr 30 Prot 61 HC 21</p> <p>Bledes amb patata a l'allet</p> <p>Daus de pit de pollastre</p> <p>Mongeta blanca ecològica saltada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>
<p>773 Kcal 27 Gr 19 Prot 114 HC 24</p> <p>Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>626 Kcal 25 Gr 22 Prot 74 HC 25</p> <p>Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Hamburguesa de coliflor -1-2-3-12</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC 26</p> <p>Trinxat de col i patata -10T Daus de gall dindi amb salsa de prunes</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>611 Kcal 26 Gr 19 Prot 76 HC 27</p> <p>Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>702 Kcal 33 Gr 25 Prot 78 HC 28</p> <p>Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T Truita francesa -3</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2</p>



MENÚ CC BAGES
Novembre



DIETA:

Sense fruits secs

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
689 Kcal 26 Gr 13 Prot 90 HC 3 Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita a la francesa amb formatge -2-3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	751 Kcal 24 Gr 20 Prot 111 HC 4 Crema de carabassó ecològic (carabassó, porro i patata) -10-13 Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	830 Kcal 30 Gr 29 Prot 113 HC 5 Escudella amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga i pollastre) -1-10 Carn d'olla (cigrons ecològics, col i patata amb pilota) -8-10T-13 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	567 Kcal 24 Gr 27 Prot 62 HC 6 Coliflor amb patata al vapor -13 Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1 Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	577 Kcal 27 Gr 30 Prot 50 HC 7 Mongetes blanques eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2
527 Kcal 28 Gr 18 Prot 54 HC 10 Bròquil amb patata xafada -10T-13 Botifarra de gall dindi al forn -8-13 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	748 Kcal 35 Gr 36 Prot 74 HC 11 Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita de patates i ceba -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	688 Kcal 28 Gr 20 Prot 89 HC 12 Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	710 Kcal 25 Gr 19 Prot 100 HC 13 Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	669 Kcal 25 Gr 20 Prot 92 HC 14 Hummus de cigrons amb pastanaga Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
725 Kcal 25 Gr 27 Prot 99 HC 17 Llenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	688 Kcal 23 Gr 18 Prot 102 HC 18 Crema de carabassa ecològica i cigrons -10 Espirals amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) -1-8T-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	640 Kcal 23 Gr 21 Prot 87 HC 19 Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	551 Kcal 27 Gr 24 Prot 54 HC 20 Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	587 Kcal 24 Gr 30 Prot 61 HC 21 Bledes amb patata a l'allet Daus de pit de pollastre Mongeta blanca ecològica saltada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
773 Kcal 27 Gr 19 Prot 114 HC 24 Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	626 Kcal 25 Gr 22 Prot 74 HC 25 Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Hamburguesa de coliflor -1-2-3-12 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC 26 Trinxat de col i patata -10T Daus de gall dindi amb salsa de prunes Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	611 Kcal 26 Gr 19 Prot 76 HC 27 Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	639 Kcal 26 Gr 25 Prot 77 HC 28 Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2



MENÚ CC BAGES
Novembre



DIETA:

Sense llegums

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
759 Kcal 31 Gr 13 Prot 98 HC 3 Arròs amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) Truita a la francesa amb formatge -2-3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	716 Kcal 33 Gr 25 Prot 78 HC 4 Crema de carabassó ecològic (carabassó, porro i patata) -10-13 Pollastre al forn Macarrons amb orenga -1 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	647 Kcal 28 Gr 24 Prot 75 HC 5 Escudella amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga i pollastre) -1-10 Pollastre al forn Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	567 Kcal 24 Gr 27 Prot 62 HC 6 Coliflor amb patata al vapor -13 Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1 Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	479 Kcal 26 Gr 21 Prot 41 HC 7 Patates estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2
586 Kcal 33 Gr 22 Prot 50 HC 10 Bròquil amb patata xafada -10T-13 Filet de lluç al forn -4 Xampinyons a l'allet Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	608 Kcal 34 Gr 25 Prot 51 HC 11 Patates estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita de patates i ceba -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	644 Kcal 23 Gr 19 Prot 91 HC 12 Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	674 Kcal 33 Gr 23 Prot 71 HC 13 Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Pollastre al forn Espaguetis amb orenga -1 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	690 Kcal 30 Gr 20 Prot 87 HC 14 Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Truita francesa -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
728 Kcal 28 Gr 20 Prot 98 HC 17 Arròs amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) Truita francesa -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	555 Kcal 23 Gr 24 Prot 61 HC 18 Crema de carabassa ecològica -10 Daus de gall dindi al forn Macarrons amb orenga -1 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	640 Kcal 23 Gr 21 Prot 87 HC 19 Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	551 Kcal 27 Gr 24 Prot 54 HC 20 Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	524 Kcal 24 Gr 25 Prot 53 HC 21 Bledes amb patata a l'allet Daus de pit de pollastre Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
815 Kcal 33 Gr 28 Prot 103 HC 24 Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Pollastre al forn Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	569 Kcal 30 Gr 12 Prot 64 HC 25 Patates estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Hamburguesa de coliflor -1-2-3-12 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC 26 Trinxat de col i patata -10T Daus de gall dindi amb salsa de prunes Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	510 Kcal 29 Gr 16 Prot 48 HC 27 Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Truita francesa -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	639 Kcal 26 Gr 25 Prot 77 HC 28 Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2



MENÚ CC BAGES
Novembre



DIETA:

Sense lleties

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
689 Kcal 26 Gr 13 Prot 90 HC 3 Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita a la francesa amb formatge -2-3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	716 Kcal 33 Gr 25 Prot 78 HC 4 Crema de carabassó ecològic (carabassó, porro i patata) -10-13 Pollastre al forn Macarrons amb orenga -1 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	830 Kcal 30 Gr 29 Prot 113 HC 5 Escudella amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga i pollastre) -1-10 Carn d'olla (cigrons ecològics, col i patata amb pilota) -8-10T-13 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	567 Kcal 24 Gr 27 Prot 62 HC 6 Coliflor amb patata al vapor -13 Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1 Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	577 Kcal 27 Gr 30 Prot 50 HC 7 Mongetes blanques eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2
586 Kcal 33 Gr 22 Prot 50 HC 10 Bròquil amb patata xafada -10T-13 Filet de lluç al forn -4 Xampinyons a l'allet Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	608 Kcal 34 Gr 25 Prot 51 HC 11 Patates estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita de patates i ceba -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	688 Kcal 28 Gr 20 Prot 89 HC 12 Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	710 Kcal 25 Gr 19 Prot 100 HC 13 Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	738 Kcal 26 Gr 22 Prot 104 HC 14 Hummus de cigrons ecològics amb torradetes -1-2-3T-8-9T-10T-12T Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
728 Kcal 28 Gr 20 Prot 98 HC 17 Arròs amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) Truita francesa -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	681 Kcal 34 Gr 17 Prot 77 HC 18 Crema de carabassa ecològica i cigrons -10 Lasanya casolana de verdures amb beixamel vegetal 1-2-3-8T-9-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	640 Kcal 23 Gr 21 Prot 87 HC 19 Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	551 Kcal 27 Gr 24 Prot 54 HC 20 Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	587 Kcal 24 Gr 30 Prot 61 HC 21 Bledes amb patata a l'allet Daus de pit de pollastre Mongeta blanca ecològica saltada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
773 Kcal 27 Gr 19 Prot 114 HC 24 Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	626 Kcal 25 Gr 22 Prot 74 HC 25 Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Hamburguesa de coliflor -1-2-3-12 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC 26 Trinxat de col i patata -10T Daus de gall dindi amb salsa de prunes Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	611 Kcal 26 Gr 19 Prot 76 HC 27 Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	639 Kcal 26 Gr 25 Prot 77 HC 28 Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2



MENÚ CC BAGES
Novembre



DIETA:

Sense cigrons

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
692 Kcal 26 Gr 23 Prot 90 HC 3 Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita a la francesa amb formatge -2-3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	751 Kcal 24 Gr 20 Prot 111 HC 4 Crema de carabassó ecològic (carabassó, porro i patata) -10-13 Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	647 Kcal 28 Gr 24 Prot 75 HC 5 Escudella amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga i pollastre) -1-10 Pollastre al forn Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	470 Kcal 18 Gr 12 Prot 66 HC 6 Coliflor amb patata al vapor -13 Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1 Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	577 Kcal 27 Gr 30 Prot 50 HC 7 Mongetes blanques eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2
586 Kcal 33 Gr 22 Prot 50 HC 10 Bròquil amb patata xafada -10T-13 Filet de lluç al forn -4 Xampinyons a l'allet Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	748 Kcal 35 Gr 36 Prot 74 HC 11 Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita de patates i ceba -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	688 Kcal 28 Gr 20 Prot 89 HC 12 Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	710 Kcal 25 Gr 19 Prot 100 HC 13 Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	554 Kcal 19 Gr 18 Prot 75 HC 14 Pèsols saltats amb ceba i tomàquet -10T Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
725 Kcal 25 Gr 27 Prot 99 HC 17 Llenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	555 Kcal 23 Gr 24 Prot 61 HC 18 Crema de carabassa ecològica -10 Daus de gall dindi al forn Macarrons amb orenga -1 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	570 Kcal 22 Gr 10 Prot 85 HC 19 Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	551 Kcal 27 Gr 24 Prot 54 HC 20 Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	549 Kcal 24 Gr 29 Prot 52 HC 21 Bledes amb patata a l'allet Daus de pit de pollastre Mongeta blanca ecològica saltada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
775 Kcal 27 Gr 19 Prot 115 HC 24 Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	626 Kcal 25 Gr 22 Prot 74 HC 25 Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Hamburguesa de coliflor -1-2-3-12 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC 26 Trinxat de col i patata -10T Daus de gall dindi amb salsa de prunes Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	509 Kcal 28 Gr 16 Prot 48 HC 27 Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Truita francesa -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	642 Kcal 26 Gr 24 Prot 78 HC 28 Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2



MENÚ CC BAGES
Novembre



DIETA:

PLV si vedella

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>659 Kcal 24 Gr 20 Prot 90 HC 3</p> <p>Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truitada francesa -3</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>751 Kcal 24 Gr 20 Prot 111 HC 4</p> <p>Crema de carabassó ecològic (carabassó, porro i patata) -10-13 Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>830 Kcal 30 Gr 29 Prot 113 HC 5</p> <p>Escudella amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga i pollastre) -1-10 Carn d'olla (cigrons ecològics, col i patata amb pilota) -8-10T-13 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>517 Kcal 23 Gr 21 Prot 60 HC 6</p> <p>Coliflor amb patata al vapor -13 Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1 Rodanxes de carabassó al forn Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>565 Kcal 23 Gr 25 Prot 61 HC 7</p> <p>Mongetes blanques eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>
<p>568 Kcal 32 Gr 18 Prot 52 HC 10</p> <p>Bròquil amb patata xafada -10T-13 Botifarra de gall dindi al forn -8-13 Xampinyons a l'allet Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>736 Kcal 31 Gr 31 Prot 85 HC 11</p> <p>Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truitada de patates i ceba -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>688 Kcal 28 Gr 20 Prot 89 HC 12</p> <p>Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>710 Kcal 25 Gr 19 Prot 100 HC 13</p> <p>Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>673 Kcal 23 Gr 18 Prot 98 HC 14</p> <p>Hummus de cigrons amb pastanaga Panini de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>
<p>725 Kcal 25 Gr 27 Prot 99 HC 17</p> <p>Llenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truitada francesa -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>688 Kcal 23 Gr 18 Prot 102 HC 18</p> <p>Crema de carabassa ecològica i cigrons -10 Espirals amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) -1-8T-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>640 Kcal 23 Gr 21 Prot 87 HC 19</p> <p>Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>540 Kcal 23 Gr 19 Prot 65 HC 20</p> <p>Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>587 Kcal 24 Gr 30 Prot 61 HC 21</p> <p>Bledes amb patata a l'allet Daus de pit de pollastre Mongeta blanca ecològica saltada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>
<p>773 Kcal 27 Gr 19 Prot 114 HC 24</p> <p>Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>587 Kcal 24 Gr 26 Prot 63 HC 25</p> <p>Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Truitada francesa -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC 26</p> <p>Trinxat de col i patata -10T Daus de gall dindi amb salsa de prunes Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>611 Kcal 26 Gr 19 Prot 76 HC 27</p> <p>Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>627 Kcal 22 Gr 20 Prot 88 HC 28</p> <p>Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>



MENÚ CC BAGES
Novembre



DIETA:

PLV no vedella

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
659 Kcal 24 Gr 20 Prot 90 HC 3	751 Kcal 24 Gr 20 Prot 111 HC 4	793 Kcal 31 Gr 23 Prot 108 HC 5	517 Kcal 23 Gr 21 Prot 60 HC 6	565 Kcal 23 Gr 25 Prot 61 HC 7
Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita francesa -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Crema de carabassó ecològic (carabassó, porro i patata) -10-13 Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10 Legums i verdures d'escudella (cigrons eco, col i patata) -10T-13 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Coliflor amb patata al vapor -13 Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1 Rodanxes de carabassó al forn Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Mongetes blanques eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
568 Kcal 32 Gr 18 Prot 52 HC 10	736 Kcal 31 Gr 31 Prot 85 HC 11	688 Kcal 28 Gr 20 Prot 89 HC 12	710 Kcal 25 Gr 19 Prot 100 HC 13	673 Kcal 23 Gr 18 Prot 98 HC 14
Bròquil amb patata xafada -10T-13 Botifarra de gall dindi al forn -8-13 Xampinyons a l'allet Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita de patates i ceba -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Hummus de cigrons amb pastanaga Panini de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
725 Kcal 25 Gr 27 Prot 99 HC 17	688 Kcal 23 Gr 18 Prot 102 HC 18	698 Kcal 31 Gr 10 Prot 84 HC 19	540 Kcal 23 Gr 19 Prot 65 HC 20	587 Kcal 24 Gr 30 Prot 61 HC 21
Llenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Crema de carabassa ecològica i cigrons -10 Espirals amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) -1-8T-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Remanat d'ou amb bolets -3 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Bledes amb patata a l'allet Daus de pit de pollastre Mongeta blanca ecològica saltada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
773 Kcal 27 Gr 19 Prot 114 HC 24	587 Kcal 24 Gr 26 Prot 63 HC 25	552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC 26	611 Kcal 26 Gr 19 Prot 76 HC 27	627 Kcal 22 Gr 20 Prot 88 HC 28
Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Trinxat de col i patata -10T Daus de gall dindi amb salsa de prunes Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps



MENÚ CC BAGES
Novembre



DIETA:

PLV no vedella sense gluten

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
720 Kcal 29 Gr 18 Prot 94 HC 3	711 Kcal 34 Gr 20 Prot 79 HC 4	806 Kcal 32 Gr 19 Prot 110 HC 5	456 Kcal 23 Gr 18 Prot 44 HC 6	556 Kcal 24 Gr 23 Prot 57 HC 7
Arròs amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) Truita francesa -3 Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps	Crema de carabassó ecològic (carabassó, porro i patata) -10-13 Pollastre al forn Macarrons s/gluten amb orenga -8T Pa s/gluten 3 Fruita del temps	Sopa de verdures amb pasta s/gluten (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -8T-10 Legums i verdures d'escudella (cigrons eco, col i patata) -10T-13 Tomàquet amanit Pa s/gluten 3 Fruita del temps	Coliflor amb patata al vapor -13 Aletes de pollastre al forn Rodanxes de carabassó al forn Pa s/gluten 3 Fruita del temps	Mongetes blanques eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps
559 Kcal 33 Gr 15 Prot 48 HC 10	668 Kcal 32 Gr 25 Prot 66 HC 11	679 Kcal 29 Gr 17 Prot 85 HC 12	711 Kcal 31 Gr 11 Prot 97 HC 13	664 Kcal 24 Gr 16 Prot 94 HC 14
Bròquil amb patata xafada -10T-13 Botifarra de gall dindi al forn -8-13 Xampinyons a l'allet Pa s/gluten 3 Fruita del temps	Llenties s/gluten estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita de patates i ceba -3 Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps	Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor Pa s/gluten 3 Fruita del temps	Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Espaguetis s/gluten amb carbonara (bacó i beguda vegetal) -8 Tomàquet amanit Pa s/gluten 3 Fruita del temps	Hummus de cigrons amb pastanaga Panini de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -3 Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps
717 Kcal 26 Gr 25 Prot 96 HC 17	689 Kcal 24 Gr 13 Prot 104 HC 18	689 Kcal 32 Gr 8 Prot 80 HC 19	553 Kcal 24 Gr 16 Prot 67 HC 20	579 Kcal 25 Gr 27 Prot 57 HC 21
Llenties s/gluten estofades amb arròs (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps	Crema de carabassa ecològica i cigrons -10 Espirals s/gluten amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) -8T Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps	Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Remanat d'ou amb bolets -3 Pa s/gluten 3 Fruita del temps	Sopa de verdures amb pasta s/gluten (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -8T-10 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps	Bledes amb patata a l'allet Daus de pit de pollastre Mongeta blanca ecològica saltada Pa s/gluten 3 Fruita del temps
731 Kcal 24 Gr 14 Prot 111 HC 24	578 Kcal 25 Gr 23 Prot 59 HC 25	543 Kcal 27 Gr 5 Prot 66 HC 26	602 Kcal 27 Gr 16 Prot 73 HC 27	619 Kcal 23 Gr 17 Prot 84 HC 28
Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor Fideuada s/gluten amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -8T-10T Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps	Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps	Trinxat de col i patata -10T Daus de gall dindi amb salsa de prunes Pa s/gluten 3 Fruita del temps	Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3 Pa s/gluten 3 Fruita del temps	Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps



MENÚ CC BAGES
Novembre



DIETA:

PLV no vedella sense ou

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>667 Kcal 23 Gr 26 Prot 89 HC 3</p> <p>Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Rap al forn -4</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>751 Kcal 24 Gr 20 Prot 111 HC 4</p> <p>Crema de carabassó ecològic (carabassó, porro i patata) -10-13 Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>687 Kcal 20 Gr 22 Prot 106 HC 5</p> <p>Sopa de verdures amb pasta fina (porro, nap, api, pastanaga) -1-10 Llegums i verdures d'escudella (cigrons eco, col i patata) -10T-13 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>517 Kcal 23 Gr 21 Prot 60 HC 6</p> <p>Coliflor amb patata al vapor -13 Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1</p> <p>Rodanxes de carabassó al forn Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>565 Kcal 23 Gr 25 Prot 61 HC 7</p> <p>Mongetes blanques eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>
<p>568 Kcal 32 Gr 18 Prot 52 HC 10</p> <p>Bròquil amb patata xafada -10T-13 Botifarra de gall dindi al forn -8-13</p> <p>Xampinyons a l'allet Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>724 Kcal 34 Gr 31 Prot 76 HC 11</p> <p>Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Pollastre al forn</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>688 Kcal 28 Gr 20 Prot 89 HC 12</p> <p>Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Edamame al vapor Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>710 Kcal 25 Gr 19 Prot 100 HC 13</p> <p>Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>684 Kcal 22 Gr 20 Prot 102 HC 14</p> <p>Hummus de cigrons amb pastanaga Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) s/làctics -1-8T-11T</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>
<p>737 Kcal 24 Gr 31 Prot 99 HC 17</p> <p>Llenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot) Filet de lluç al forn -4</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>688 Kcal 23 Gr 18 Prot 102 HC 18</p> <p>Crema de carabassa ecològica i cigrons -10 Espirals amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) -1-8T-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>783 Kcal 39 Gr 23 Prot 85 HC 19</p> <p>Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Pollastre al forn</p> <p>Xampinyons a l'allet Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>434 Kcal 13 Gr 18 Prot 62 HC 20</p> <p>Sopa de verdures amb pasta fina (porro, nap, api, pastanaga) -1-10 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>587 Kcal 24 Gr 30 Prot 61 HC 21</p> <p>Bledes amb patata a l'allet Daus de pit de pollastre Mongeta blanca ecològica saltada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>
<p>773 Kcal 27 Gr 19 Prot 114 HC 24</p> <p>Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>670 Kcal 25 Gr 20 Prot 88 HC 25</p> <p>Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Varetes de verdures al forn -1-8T-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC 26</p> <p>Trinxat de col i patata -10T Daus de gall dindi amb salsa de prunes</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>581 Kcal 25 Gr 16 Prot 72 HC 27</p> <p>Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Cigrons saltats amb verdures (tomàquet, ceba, all i pastanaga) -10T</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>627 Kcal 22 Gr 20 Prot 88 HC 28</p> <p>Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
720 Kcal 29 Gr 18 Prot 94 HC 3 Arròs amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) Truita francesa -3 Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps	711 Kcal 34 Gr 20 Prot 79 HC 4 Crema de carabassó ecològic (carabassó, porro i patata) -10-13 Pollastre al forn Macarrons s/gluten amb orenga -8T Pa s/gluten 3 Fruita del temps	759 Kcal 31 Gr 23 Prot 97 HC 5 Escudella amb pasta s/gluten (porro, nap, api, pastanaga i pollastre) -8T-10 Carn d'olla (cigrons ecològics, col i patata amb pilota) -8-10T-13 Tomàquet amanit Pa s/gluten 3 Fruita del temps	456 Kcal 23 Gr 18 Prot 44 HC 6 Coliflor amb patata al vapor -13 Aletes de pollastre al forn Rodanxes de carabassó al forn Pa s/gluten 3 Fruita del temps	579 Kcal 28 Gr 29 Prot 47 HC 7 Mongetes blanques eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa s/gluten 3 Iogurt natural s/lactosa 2
559 Kcal 33 Gr 15 Prot 48 HC 10 Bròquil amb patata xafada -10T-13 Botifarra de gall dindi al forn -8-13 Xampinyons a l'allet Pa s/gluten 3 Fruita del temps	690 Kcal 36 Gr 32 Prot 55 HC 11 Llenties s/gluten estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita de patates i ceba -3 Amanida variada Pa s/gluten 3 Iogurt natural s/lactosa 2	679 Kcal 29 Gr 17 Prot 85 HC 12 Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor Pa s/gluten 3 Fruita del temps	711 Kcal 31 Gr 11 Prot 97 HC 13 Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Espaguetis s/gluten amb carbonara (bacó i beguda vegetal) -8 Tomàquet amanit Pa s/gluten 3 Fruita del temps	664 Kcal 24 Gr 16 Prot 94 HC 14 Hummus de cigrons amb pastanaga Panini de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -3 Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps
717 Kcal 26 Gr 25 Prot 96 HC 17 Llenties s/gluten estofades amb arròs (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps	689 Kcal 24 Gr 13 Prot 104 HC 18 Crema de carabassa ecològica i cigrons -10 Espirals s/gluten amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) -8T Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps	631 Kcal 24 Gr 19 Prot 83 HC 19 Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) Pa s/gluten 3 Fruita del temps	575 Kcal 28 Gr 22 Prot 56 HC 20 Sopa de verdures amb pasta s/gluten (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -8T-10 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa s/gluten 3 Iogurt natural s/lactosa 2	579 Kcal 25 Gr 27 Prot 57 HC 21 Bledes amb patata a l'allet Daus de pit de pollastre Mongeta blanca ecològica saltada Pa s/gluten 3 Fruita del temps
731 Kcal 24 Gr 14 Prot 111 HC 24 Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor Fideuada s/gluten amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -8T-10T Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps	578 Kcal 25 Gr 23 Prot 59 HC 25 Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps	543 Kcal 27 Gr 5 Prot 66 HC 26 Trinxat de col i patata -10T Daus de gall dindi amb salsa de prunes Pa s/gluten 3 Fruita del temps	602 Kcal 27 Gr 16 Prot 73 HC 27 Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3 Pa s/gluten 3 Fruita del temps	641 Kcal 27 Gr 24 Prot 74 HC 28 Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa s/gluten 3 Iogurt natural s/lactosa 2



MENÚ CC BAGES
Novembre



DIETA:

Sense carn, ou

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
667 Kcal 23 Gr 26 Prot 89 HC 3	751 Kcal 24 Gr 20 Prot 111 HC 4	687 Kcal 20 Gr 22 Prot 106 HC 5	630 Kcal 26 Gr 16 Prot 84 HC 6	577 Kcal 27 Gr 30 Prot 50 HC 7
Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Rap al forn -4 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Crema de carabassó ecològic (carabassó, porro i patata) -10-13 Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Sopa de verdures amb pasta fina (porro, nap, api, pastanaga) -1-10 Legums i verdures d'escudella (cigrons eco, col i patata) -10T-13 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Coliflor amb patata al vapor -13 Varetes de verdures al forn a la barbacoa -1-8T-11T Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Mongetes blanques eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2
586 Kcal 33 Gr 22 Prot 50 HC 10	766 Kcal 34 Gr 26 Prot 90 HC 11	688 Kcal 28 Gr 20 Prot 89 HC 12	714 Kcal 27 Gr 17 Prot 100 HC 13	669 Kcal 25 Gr 20 Prot 92 HC 14
Bròquil amb patata xafada -10T-13 Filet de lluç al forn -4 Xampinyons a l'allet Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Varetes de verdures al forn -1-8T-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Espaguetis integrals ecològics amb beixamel vegetal -1-8 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Hummus de cigrons amb pastanaga Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
809 Kcal 25 Gr 21 Prot 125 HC 17	688 Kcal 23 Gr 18 Prot 102 HC 18	698 Kcal 28 Gr 26 Prot 86 HC 19	445 Kcal 17 Gr 23 Prot 51 HC 20	726 Kcal 24 Gr 29 Prot 91 HC 21
Llenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot) Varetes de verdures al forn -1-8T-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Crema de carabassa ecològica i cigrons -10 Espirals amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) -1-8T-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Rap al forn -4 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Sopa de verdures amb pasta fina (porro, nap, api, pastanaga) -1-10 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	Bledes amb patata a l'allet Mongeta blanca ecològica saltada Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
773 Kcal 27 Gr 19 Prot 114 HC 24	670 Kcal 25 Gr 20 Prot 88 HC 25	670 Kcal 33 Gr 21 Prot 70 HC 26	581 Kcal 25 Gr 16 Prot 72 HC 27	639 Kcal 26 Gr 25 Prot 77 HC 28
Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Varetes de verdures al forn -1-8T-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Trinxat de col i patata -10T Lluç al forn amb salsa de prunes -4 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Cigrons saltats amb verdures (tomàquet, ceba, all i pastanaga) -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>708 Kcal 26 Gr 13 Prot 94 HC 3</p> <p>Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita a la francesa amb formatge -2-3</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>770 Kcal 24 Gr 20 Prot 116 HC 4</p> <p>Crema de carabassó ecològic (carabassó, porro i patata) -10-13 Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>849 Kcal 30 Gr 29 Prot 117 HC 5</p> <p>Escudella amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga i pollastre) -1-10 Carn d'olla (cigrons ecològics, col i patata amb pilota) -8-10T-13 Tomàquet amanit</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>586 Kcal 24 Gr 27 Prot 67 HC 6</p> <p>Coliflor amb patata al vapor -13 Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1</p> <p>Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>577 Kcal 27 Gr 30 Prot 50 HC 7</p> <p>Mongetes blanques eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2</p>
<p>587 Kcal 32 Gr 18 Prot 56 HC 10</p> <p>Bròquil amb patata xafada -10T-13 Botifarra de gall dindi al forn -8-13</p> <p>Xampinyons a l'allet Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>748 Kcal 35 Gr 36 Prot 74 HC 11</p> <p>Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita de patates i ceba -3</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2</p>	<p>707 Kcal 28 Gr 20 Prot 94 HC 12</p> <p>Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Edamame al vapor Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>729 Kcal 25 Gr 19 Prot 105 HC 13</p> <p>Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>757 Kcal 26 Gr 23 Prot 108 HC 14</p> <p>Hummus de cigrons ecològics amb torradetes -1-2-3T-8-9T-10T-12T Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>
<p>744 Kcal 25 Gr 28 Prot 104 HC 17</p> <p>Llenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot)</p> <p>Truita francesa -3</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>700 Kcal 34 Gr 17 Prot 82 HC 18</p> <p>Crema de carabassa ecològica i cigrons -10</p> <p>Lasanya casolana de verdures amb beixamel vegetal 1-2-3-8T-9-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>659 Kcal 23 Gr 21 Prot 91 HC 19</p> <p>Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)</p> <p>Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets)</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>551 Kcal 27 Gr 24 Prot 54 HC 20</p> <p>Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2</p>	<p>606 Kcal 24 Gr 30 Prot 65 HC 21</p> <p>Bledes amb patata a l'allet</p> <p>Daus de pit de pollastre</p> <p>Mongeta blanca ecològica saltada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>
<p>792 Kcal 27 Gr 19 Prot 119 HC 24</p> <p>Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>645 Kcal 25 Gr 22 Prot 78 HC 25</p> <p>Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Hamburguesa de coliflor -1-2-3-12</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>571 Kcal 26 Gr 8 Prot 74 HC 26</p> <p>Trinxat de col i patata -10T Daus de gall dindi amb salsa de prunes</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>630 Kcal 26 Gr 19 Prot 81 HC 27</p> <p>Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>639 Kcal 26 Gr 25 Prot 77 HC 28</p> <p>Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2</p>

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>708 Kcal 26 Gr 13 Prot 94 HC 3</p> <p>Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita a la francesa amb formatge -2-3</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>770 Kcal 24 Gr 20 Prot 116 HC 4</p> <p>Crema de carabassó ecològic (carabassó, porro i patata) -10-13 Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>849 Kcal 30 Gr 29 Prot 117 HC 5</p> <p>Escudella amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga i pollastre) -1-10 Carn d'olla (cigrons ecològics, col i patata amb pilota) -8-10T-13 Tomàquet amanit</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>586 Kcal 24 Gr 27 Prot 67 HC 6</p> <p>Coliflor amb patata al vapor -13 Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1</p> <p>Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>577 Kcal 27 Gr 30 Prot 50 HC 7</p> <p>Mongetes blanques eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2</p>
<p>587 Kcal 32 Gr 18 Prot 56 HC 10</p> <p>Bròquil amb patata xafada -10T-13 Botifarra de gall dindi al forn -8-13</p> <p>Xampinyons a l'allet Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>748 Kcal 35 Gr 36 Prot 74 HC 11</p> <p>Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita de patates i ceba -3</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2</p>	<p>707 Kcal 28 Gr 20 Prot 94 HC 12</p> <p>Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Edamame al vapor Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>729 Kcal 25 Gr 19 Prot 105 HC 13</p> <p>Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>757 Kcal 26 Gr 23 Prot 108 HC 14</p> <p>Hummus de cigrons ecològics amb torradetes -1-2-3T-8-9T-10T-12T Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>
<p>744 Kcal 25 Gr 28 Prot 104 HC 17</p> <p>Llenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot)</p> <p>Truita francesa -3</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>700 Kcal 34 Gr 17 Prot 82 HC 18</p> <p>Crema de carabassa ecològica i cigrons -10</p> <p>Lasanya casolana de verdures amb beixamel vegetal 1-2-3-8T-9-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>659 Kcal 23 Gr 21 Prot 91 HC 19</p> <p>Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)</p> <p>Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets)</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>551 Kcal 27 Gr 24 Prot 54 HC 20</p> <p>Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2</p>	<p>606 Kcal 24 Gr 30 Prot 65 HC 21</p> <p>Bledes amb patata a l'allet</p> <p>Daus de pit de pollastre</p> <p>Mongeta blanca ecològica saltada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>
<p>792 Kcal 27 Gr 19 Prot 119 HC 24</p> <p>Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>645 Kcal 25 Gr 22 Prot 78 HC 25</p> <p>Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Hamburguesa de coliflor -1-2-3-12</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>571 Kcal 26 Gr 8 Prot 74 HC 26</p> <p>Trinxat de col i patata -10T Daus de gall dindi amb salsa de prunes</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>630 Kcal 26 Gr 19 Prot 81 HC 27</p> <p>Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*</p>	<p>639 Kcal 26 Gr 25 Prot 77 HC 28</p> <p>Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2</p>



MENÚ CC BAGES
Novembre



DIETA:

Sense prèsec

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
711 Kcal 26 Gr 23 Prot 95 HC 3	733 Kcal 24 Gr 18 Prot 110 HC 4	857 Kcal 31 Gr 29 Prot 116 HC 5	488 Kcal 18 Gr 12 Prot 70 HC 6	577 Kcal 27 Gr 30 Prot 50 HC 7
Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita a la francesa amb formatge -2-3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*	Crema de carabassó ecològic (carabassó, porro i patata) -10-13 Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*	Escudella amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga i pollastre) -1-10 Carn d'olla (cigrons ecològics, col i patata amb pilota) -8-10T-13 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*	Coliflor amb patata al vapor -13 Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1 Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*	Mongetes blanques eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2
587 Kcal 32 Gr 18 Prot 56 HC 10	748 Kcal 35 Gr 36 Prot 74 HC 11	707 Kcal 28 Gr 20 Prot 94 HC 12	729 Kcal 25 Gr 19 Prot 105 HC 13	759 Kcal 26 Gr 22 Prot 109 HC 14
Bròquil amb patata xafada -10T-13 Botifarra de gall dindi al forn -8-13 Xampinyons a l'allet Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*	Llentilles ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita de patates i ceba -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*	Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*	Hummus de cigrons ecològics amb torradetes -1-2-3T-8-9T-10T-12T Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*
744 Kcal 25 Gr 28 Prot 104 HC 17	700 Kcal 34 Gr 17 Prot 82 HC 18	671 Kcal 24 Gr 25 Prot 89 HC 19	551 Kcal 27 Gr 24 Prot 54 HC 20	568 Kcal 24 Gr 29 Prot 57 HC 21
Llentilles ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*	Crema de carabassa ecològica i cigrons -10 Lasanya casolana de verdures amb beixamel vegetal 1-2-3-8T-9-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*	Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*	Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	Bledes amb patata a l'allet Daus de pit de pollastre Mongeta blanca ecològica saltada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*
794 Kcal 27 Gr 19 Prot 120 HC 24	645 Kcal 25 Gr 22 Prot 78 HC 25	571 Kcal 26 Gr 8 Prot 74 HC 26	628 Kcal 26 Gr 18 Prot 81 HC 27	642 Kcal 26 Gr 24 Prot 78 HC 28
Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*	Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Hamburguesa de coliflor -1-2-3-12 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*	Trinxat de col i patata -10T Daus de gall dindi amb salsa de prunes Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*	Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps*	Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2