



MENÚ CC BAGES
Gener



DIETA:

Sense porc

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
5	6	7	8	9
FESTA	FESTA	FESTA	699 Kcal 29 Gr 20 Prot 88 HC	671 Kcal 29 Gr 24 Prot 79 HC
726 Kcal 31 Gr 21 Prot 89 HC	736 Kcal 31 Gr 31 Prot 85 HC	732 Kcal 33 Gr 20 Prot 89 HC	583 Kcal 28 Gr 22 Prot 61 HC	707 Kcal 30 Gr 20 Prot 91 HC
<p>Crema de porro ecològic (porro i patata) -10</p> <p>Espaguetis integrals ecològics amb beixamel vegetal -1-8-11T</p> <p>Tomàquet amanit -Pa integral- Iogurt natural -2</p>	<p>Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) -1T-10T</p> <p>Truita de patates i ceba -3</p> <p>Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps</p>	<p>Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) -9T-10T</p> <p>Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Edamame al vapor -Pa integral- Fruita del temps</p>	<p>Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8</p> <p>Truita francesa -3</p> <p>Bolets a l'allet -10T</p> <p>-Pa integral- Fruita del temps</p>	<p>Cigrons eco estofats amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)</p> <p>Calamars a la romana al forn -1T-2T-3T-4T-5T-6</p> <p>Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2</p>
12	13	14	15	16
755 Kcal 27 Gr 30 Prot 99 HC	681 Kcal 34 Gr 17 Prot 77 HC	570 Kcal 22 Gr 10 Prot 85 HC	596 Kcal 32 Gr 24 Prot 54 HC	541 Kcal 24 Gr 28 Prot 52 HC
<p>Llenties eco estofades amb verdures i arròs eco (ceba, all, tomàquet i pebrot) -1T</p> <p>Truita a la francesa amb formatge -2-3</p> <p>Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps</p>	<p>Crema de carabassa ecològica i cigrons -10</p> <p>Lasanya de verdures amb beixamel vegetal 1-2-3-8T-9-11T</p> <p>Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps</p>	<p>Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)</p> <p>Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) -10T</p> <p>-Pa integral- Fruita del temps</p>	<p>Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10</p> <p>Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2</p>	<p>Bledes amb patata a l'allet -10T</p> <p>Daus de pit de pollastre</p> <p>Seques eco a l'allet -10T</p> <p>-Pa integral- Fruita del temps</p>
26	27	28	29	30
775 Kcal 27 Gr 19 Prot 115 HC	572 Kcal 18 Gr 21 Prot 76 HC	552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC	609 Kcal 26 Gr 18 Prot 77 HC	686 Kcal 31 Gr 24 Prot 78 HC
<p>Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor</p> <p>Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T</p> <p>Amanida variada</p> <p>-Pa integral- Fruita del temps</p>	<p>Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) -10T</p> <p>Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1</p> <p>Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2-10T</p> <p>-Pa integral- Fruita del temps</p>	<p>Trinxat de col i patata -10T</p> <p>Daus de gall dindi amb salsa de prunes</p> <p>-Pa integral- Fruita del temps</p>	<p>Crema de verdures de temporada ecològiques -10</p> <p>Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3</p> <p>-Pa integral- Fruita del temps</p>	<p>Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T</p> <p>Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada</p> <p>-Pa integral- Iogurt natural -2</p>



MENÚ CC BAGES
Gener



DIETA:

Sense carn

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
5	6	7	8	9
FESTA	FESTA	FESTA	699 Kcal 29 Gr 20 Prot 88 HC	671 Kcal 29 Gr 24 Prot 79 HC
726 Kcal 31 Gr 21 Prot 89 HC	736 Kcal 31 Gr 31 Prot 85 HC	732 Kcal 33 Gr 20 Prot 89 HC	589 Kcal 29 Gr 22 Prot 59 HC	707 Kcal 30 Gr 20 Prot 91 HC
Crema de porro ecològic (porro i patata) -10	Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) -1T-10T	Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) -9T-10T	Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita francesa -3	Cigrons eco estofats amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Calamars a la romana al forn -1T-2T-3T-4T-5T-6
Espaguetis integrals ecològics amb beixamel vegetal -1-8-11T Tomàquet amanit -Pa integral- Iogurt natural -2	Truita de patates i ceba -3	Peix fresc s/mercat -4-5T-6T	Bolets a l'allet -10T -Pa integral- Fruita del temps	Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2
755 Kcal 27 Gr 30 Prot 99 HC	681 Kcal 34 Gr 17 Prot 77 HC	702 Kcal 31 Gr 22 Prot 84 HC	596 Kcal 32 Gr 24 Prot 54 HC	540 Kcal 25 Gr 17 Prot 59 HC
Llenties eco estofades amb verdures i arròs eco (ceba, all, tomàquet i pebrot) -1T	Crema de carabassa ecològica i cigrons -10	Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)	Bròquil amb patata xafada -10T-13	Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) -10T
Truita a la francesa amb formatge -2-3	Lasanya de verdures amb beixamel vegetal 1-2-3-8T-9-11T	Remanat d'ou amb bolets -3	Truita francesa -3	Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8-10T
Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	-Pa integral- Fruita del temps	Seques eco a l'allet -10T -Pa integral- Fruita del temps	Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps
773 Kcal 27 Gr 19 Prot 114 HC	732 Kcal 26 Gr 25 Prot 94 HC	581 Kcal 26 Gr 22 Prot 63 HC	611 Kcal 26 Gr 19 Prot 76 HC	683 Kcal 31 Gr 25 Prot 77 HC
Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor	Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) -10T	Trinxat de col i patata -10T	Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10	Bledes amb patata a l'allet -10T
Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T	Varetes de verdures al forn a la barbacoa -1-8T-11T	Bacallà amb prunes -4T-5T-6T	Peix fresc s/mercat -4-5T-6T	Mandonguilles de lluç al forn -1T-2T-3T-4-5T-6
Amanida variada	Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2-10T	-Pa integral- Fruita del temps	Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2	Seques eco a l'allet -10T -Pa integral- Fruita del temps
-Pa integral- Fruita del temps	-Pa integral- Fruita del temps	-Pa integral- Fruita del temps	Iogurt natural -2	Iogurt natural -2
			611 Kcal 26 Gr 19 Prot 76 HC	683 Kcal 31 Gr 25 Prot 77 HC
			Crema de verdures de temporada ecològiques -10	Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T
			Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3	Peix fresc s/mercat -4-5T-6T
			-Pa integral- Fruita del temps	Amanida variada
			-Pa integral- Fruita del temps	-Pa integral- Iogurt natural -2



MENÚ CC BAGES
Gener



DIETA:

Ovolacteovegetariana

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
5	6	7	8	9
FESTA	FESTA	FESTA	699 Kcal 29 Gr 20 Prot 88 HC	628 Kcal 27 Gr 26 Prot 73 HC
726 Kcal 31 Gr 21 Prot 89 HC	736 Kcal 31 Gr 31 Prot 85 HC	780 Kcal 28 Gr 14 Prot 118 HC	589 Kcal 29 Gr 22 Prot 59 HC	707 Kcal 30 Gr 20 Prot 91 HC
Crema de porro ecològic (porro i patata) -10	Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) -1T-10T	Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) -9T-10T	Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita francesa -3 Bolets a l'allet -10T -Pa integral- Fruita del temps	Cigrons eco estofats amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Hamburguesa de coliflor -1-2-3-12 Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2
Espaguetis integrals ecològics amb beixamel vegetal -1-8-11T Tomàquet amanit -Pa integral- Iogurt natural -2	Truita de patates i ceba -3 Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	Rotllets de primavera al forn 1-8T-11T Edamame al vapor -Pa integral- Fruita del temps	Bròquil amb patata xafada -10T-13 Truita francesa -3 Seques eco a l'allet -10T -Pa integral- Fruita del temps	Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) -10T Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8-10T Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps
755 Kcal 27 Gr 30 Prot 99 HC	681 Kcal 34 Gr 17 Prot 77 HC	702 Kcal 31 Gr 22 Prot 84 HC	645 Kcal 28 Gr 23 Prot 72 HC	687 Kcal 24 Gr 28 Prot 83 HC
Llenties eco estofades amb verdures i arròs eco (ceba, all, tomàquet i pebrot) -1T	Crema de carabassa ecològica i cigrons -10	Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)	Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10 Pèsols saltats amb ceba i tomàquet	Bledes amb patata a l'allet -10T Mongeta blanca ecològica saltada
Truita a la francesa amb formatge -2-3 Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	Lasanya de verdures amb beixamel vegetal 1-2-3-8T-9-11T Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	Remanat d'ou amb bolets -3 -Pa integral- Fruita del temps	Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2	Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps
775 Kcal 27 Gr 19 Prot 115 HC	744 Kcal 26 Gr 24 Prot 98 HC	598 Kcal 34 Gr 17 Prot 57 HC	609 Kcal 26 Gr 18 Prot 77 HC	756 Kcal 33 Gr 20 Prot 93 HC
Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor	Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) -10T	Trinxat de col i patata -10T	Crema de verdures de temporada ecològiques -10	Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T
Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	Varetes de verdures al forn a la barbacoa -1-8T-11T Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2-10T -Pa integral- Fruita del temps	Truita francesa -3 Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps	Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3 -Pa integral- Fruita del temps	Truita de carabassó -3 Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2



MENÚ CC BAGES
Gener



DIETA:

Sense fruits secs

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
5	6	7	8	9
FESTA	FESTA	FESTA	659 Kcal 24 Gr 20 Prot 90 HC	671 Kcal 29 Gr 24 Prot 79 HC
722 Kcal 29 Gr 23 Prot 90 HC	736 Kcal 31 Gr 31 Prot 85 HC	732 Kcal 33 Gr 20 Prot 89 HC	583 Kcal 28 Gr 22 Prot 61 HC	707 Kcal 30 Gr 20 Prot 91 HC
12	13	14	15	16
Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita francesa -3	Cigrons eco estofats amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Calamars a la romana al forn -1T-2T-3T-4T-5T-6 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Cigrons eco estofats amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Calamars a la romana al forn -1T-2T-3T-4T-5T-6 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2
Crema de porro ecològic (porro i patata) -10	Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) -1T-10T	Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) -9T-10T	Bròquil amb patata xafada -10T-13	Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) -10T
Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8-11T Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	Truita de patates i ceba -3	Peix fresc s/mercat -4-5T-6T	Botifarra de gall dindi al forn -8-13	Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8-10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
755 Kcal 27 Gr 30 Prot 99 HC	690 Kcal 23 Gr 18 Prot 103 HC	570 Kcal 22 Gr 10 Prot 85 HC	596 Kcal 32 Gr 24 Prot 54 HC	541 Kcal 24 Gr 28 Prot 52 HC
19	20	21	22	23
Llenties eco estofades amb verdures i arròs eco (ceba, all, tomàquet i pebrot) -1T	Crema de carabassa ecològica i cigrons -10	Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)	Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10	Bledes amb patata a l'allet -10T
Truita a la francesa amb formatge -2-3	Espirals amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) -1-8T-10T-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) -10T	Peix fresc s/mercat -4-5T-6T	Daus de pit de pollastre
Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps		Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	Seques eco a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
775 Kcal 27 Gr 19 Prot 115 HC	572 Kcal 18 Gr 21 Prot 76 HC	552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC	609 Kcal 26 Gr 18 Prot 77 HC	686 Kcal 31 Gr 24 Prot 78 HC
26	27	28	29	30
Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor	Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) -10T	Trinxat de col i patata -10T	Crema de verdures de temporada ecològiques -10	Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T
Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada	Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1	Daus de gall dindi amb salsa de prunes	Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3	Peix fresc s/mercat -4-5T-6T
Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2-10T	Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Amanida variada
	Pa sense al·lèrgens Fruita del temps			Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
5	6	7	8	9
FESTA	FESTA	FESTA	<p>762 Kcal 34 Gr 18 Prot 93 HC</p> <p>Arròs amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) -10T Truita francesa -3 Bolets a l'allet -10T Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>	<p>592 Kcal 26 Gr 31 Prot 58 HC</p> <p>Cigrons eco estofats amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Filet de lluç al forn -4 Amanida variada Pa s/gluten 3 Iogurt natural -2</p>
12	13	14	15	16
<p>722 Kcal 34 Gr 16 Prot 86 HC</p> <p>Crema de porro ecològic (porro i patata) -10</p> <p>Espaguetis s/gluten amb carbonara (bacó i beguda vegetal) -8 Tomàquet amanit Pa s/gluten 3 Iogurt natural -2</p>	<p>728 Kcal 32 Gr 28 Prot 81 HC</p> <p>Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) -1T-10T</p> <p>Truita de patates i ceba -3</p> <p>Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>	<p>723 Kcal 34 Gr 17 Prot 85 HC</p> <p>Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) -9T-10T</p> <p>Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Edamame al vapor Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>	<p>574 Kcal 29 Gr 19 Prot 57 HC</p> <p>Bròquil amb patata xafada -10T-13</p> <p>Botifarra de gall dindi al forn -8-13</p> <p>Seques eco a l'allet -10T Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>	<p>702 Kcal 29 Gr 15 Prot 94 HC</p> <p>Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) -10T</p> <p>Panini de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -3-10T Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>
19	20	21	22	23
<p>746 Kcal 28 Gr 28 Prot 95 HC</p> <p>Llenties eco estofades amb verdures i arròs eco (ceba, all, tomàquet i pebrot) -1T</p> <p>Truita a la francesa amb formatge -2-3</p> <p>Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>	<p>691 Kcal 24 Gr 13 Prot 104 HC</p> <p>Crema de carabassa ecològica i cigrons -10</p> <p>Espirals s/gluten amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) -8T-10T</p> <p>Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>	<p>561 Kcal 23 Gr 7 Prot 81 HC</p> <p>Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)</p> <p>Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) -10T</p> <p>Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>	<p>609 Kcal 33 Gr 21 Prot 56 HC</p> <p>Sopa de verdures amb pasta s/gluten (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -8T-10</p> <p>Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada Pa s/gluten 3 Iogurt natural -2</p>	<p>532 Kcal 25 Gr 26 Prot 48 HC</p> <p>Bledes amb patata a l'allet -10T</p> <p>Daus de pit de pollastre</p> <p>Seques eco a l'allet -10T Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>
26	27	28	29	30
<p>733 Kcal 24 Gr 14 Prot 112 HC</p> <p>Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor</p> <p>Fideuada s/gluten amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -8T-10T</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>	<p>511 Kcal 19 Gr 18 Prot 60 HC</p> <p>Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) -10T</p> <p>Aletes de pollastre al forn</p> <p>Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2-10T</p> <p>Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>	<p>543 Kcal 27 Gr 5 Prot 66 HC</p> <p>Trinxat de col i patata -10T</p> <p>Daus de gall dindi amb salsa de prunes</p> <p>Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>	<p>600 Kcal 27 Gr 15 Prot 73 HC</p> <p>Crema de verdures de temporada ecològiques -10</p> <p>Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3</p> <p>Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>	<p>677 Kcal 32 Gr 22 Prot 74 HC</p> <p>Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T</p> <p>Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa s/gluten 3 Iogurt natural -2</p>



MENÚ CC BAGES
Gener



DIETA:

Sense lactosa

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
5	6	7	8	9
FESTA	FESTA	FESTA	699 Kcal 29 Gr 20 Prot 88 HC	611 Kcal 25 Gr 36 Prot 62 HC
732 Kcal 29 Gr 25 Prot 90 HC	736 Kcal 31 Gr 31 Prot 85 HC	732 Kcal 33 Gr 20 Prot 89 HC	583 Kcal 28 Gr 22 Prot 61 HC	722 Kcal 27 Gr 20 Prot 101 HC
12	13	14	15	16
Crema de porro ecològic (porro i patata) -10	Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) -1T-10T	Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) -9T-10T	Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita francesa -3 Bolets a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Cigrons eco estofats amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Filet de lluç al forn -4 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural s/lactosa 2
Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8-11T Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Iogurt natural s/lactosa 2	Truita de patates i ceba -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Bròquil amb patata xafada -10T-13 Botifarra de gall dindi al forn -8-13 Seques eco a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) s/làctics -1-8T-10T-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
721 Kcal 25 Gr 27 Prot 99 HC	690 Kcal 23 Gr 18 Prot 103 HC	570 Kcal 22 Gr 10 Prot 85 HC	606 Kcal 32 Gr 25 Prot 55 HC	541 Kcal 24 Gr 28 Prot 52 HC
19	20	21	22	23
Llenties eco estofades amb verdures i arròs eco (ceba, all, tomàquet i pebrot) -1T	Crema de carabassa ecològica i cigrons -10	Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)	Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10	Bledes amb patata a l'allet -10T
Truita francesa -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Espirals amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) -1-8T-10T-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural s/lactosa 2	Daus de pit de pollastre Seques eco a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
775 Kcal 27 Gr 19 Prot 115 HC	511 Kcal 17 Gr 15 Prot 70 HC	552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC	609 Kcal 26 Gr 18 Prot 77 HC	696 Kcal 31 Gr 26 Prot 78 HC
26	27	28	29	30
Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor	Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) -10T	Trinxat de col i patata -10T	Crema de verdures de temporada ecològiques -10	Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T
Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1 Rodanxes de carabassó al forn Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Daus de gall dindi amb salsa de prunes Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural s/lactosa 2

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
5	6	7	8	9
FESTA	FESTA	FESTA	Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Pollastre al forn -10T Bolets a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Cigrons eco estofats amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Filet de lluç al forn -4 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2
722 Kcal 29 Gr 23 Prot 90 HC	724 Kcal 34 Gr 31 Prot 76 HC	732 Kcal 33 Gr 20 Prot 89 HC	583 Kcal 28 Gr 22 Prot 61 HC	707 Kcal 30 Gr 20 Prot 91 HC
Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8-11T Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) -1T-10T Pollastre al forn -10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) -9T-10T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Bròquil amb patata xafada -10T-13 Botifarra de gall dindi al forn -8-13 seques eco a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) -10T Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8-10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
733 Kcal 24 Gr 31 Prot 98 HC	690 Kcal 23 Gr 18 Prot 103 HC	570 Kcal 22 Gr 10 Prot 85 HC	489 Kcal 22 Gr 23 Prot 51 HC	541 Kcal 24 Gr 28 Prot 52 HC
Llenties eco estofades amb verdures i arròs eco (ceba, all, tomàquet i pebrot) -1T Filet de lluç al forn -4 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-10T-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) -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Sopa de verdures amb pasta fina (porro, nap, api, pastanaga) -1-8T-10-11T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	Bledes amb patata a l'allet -10T Daus de pit de pollastre seques eco a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
775 Kcal 27 Gr 19 Prot 115 HC	572 Kcal 18 Gr 21 Prot 76 HC	552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC	580 Kcal 24 Gr 16 Prot 77 HC	686 Kcal 31 Gr 24 Prot 78 HC
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) -10T Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1 Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2-10T 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 amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) -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



MENÚ CC BAGES
Gener



DIETA:

Sense peix

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
5	6	7	8	9
FESTA	FESTA	FESTA	699 Kcal 29 Gr 20 Prot 88 HC	642 Kcal 30 Gr 33 Prot 62 HC
722 Kcal 29 Gr 23 Prot 90 HC	736 Kcal 31 Gr 31 Prot 85 HC	804 Kcal 39 Gr 24 Prot 91 HC	583 Kcal 28 Gr 22 Prot 61 HC	707 Kcal 30 Gr 20 Prot 91 HC
<p>Crema de porro ecològic (porro i patata) -10</p> <p>Espaguets integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8-11T</p> <p>Tomàquet amanit</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Iogurt natural -2</p>	<p>Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) -1T-10T</p> <p>Truita de patates i ceba -3</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) -9T-10T</p> <p>Pollastre al forn -10T</p> <p>Edamame al vapor</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8</p> <p>Truita francesa -3</p> <p>Bolets a l'allet -10T</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Cigrons eco estofats amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)</p> <p>Pollastre al forn -10T</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Iogurt natural -2</p>
12	13	14	15	16
755 Kcal 27 Gr 30 Prot 99 HC	681 Kcal 34 Gr 17 Prot 77 HC	570 Kcal 22 Gr 10 Prot 85 HC	614 Kcal 33 Gr 24 Prot 55 HC	541 Kcal 24 Gr 28 Prot 52 HC
<p>Llenties eco estofades amb verdures i arròs eco (ceba, all, tomàquet i pebrot) -1T</p> <p>Truita a la francesa amb formatge -2-3</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Crema de carabassa ecològica i cigrons -10</p> <p>Lasanya de verdures amb beixamel vegetal 1-2-3-8T-9-11T</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)</p> <p>Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) -10T</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10</p> <p>Truita francesa -3</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Iogurt natural -2</p>	<p>Bledes amb patata a l'allet -10T</p> <p>Daus de pit de pollastre</p> <p>Seques eco a l'allet -10T</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>
26	27	28	29	30
775 Kcal 27 Gr 19 Prot 115 HC	572 Kcal 18 Gr 21 Prot 76 HC	552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC	609 Kcal 26 Gr 18 Prot 77 HC	756 Kcal 33 Gr 20 Prot 93 HC
<p>Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor</p> <p>Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) -10T</p> <p>Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1</p> <p>Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2-10T</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Trinxat de col i patata -10T</p> <p>Daus de gall dindi amb salsa de prunes</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Crema de verdures de temporada ecològiques -10</p> <p>Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T</p> <p>Truita de carabassó -3</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Iogurt natural -2</p>



MENÚ CC BAGES
Gener



DIETA:

PLV si vedella

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
5	6	7	8	9
FESTA	FESTA	FESTA	699 Kcal 29 Gr 20 Prot 88 HC	589 Kcal 21 Gr 29 Prot 72 HC
710 Kcal 25 Gr 19 Prot 100 HC	736 Kcal 31 Gr 31 Prot 85 HC	732 Kcal 33 Gr 20 Prot 89 HC	583 Kcal 28 Gr 22 Prot 61 HC	722 Kcal 27 Gr 20 Prot 101 HC
Crema de porro ecològic (porro i patata) -10	Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) -1T-10T	Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) -9T-10T	Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita francesa -3 Bolets a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Cigrons eco estofats amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Filet de lluç al forn -4 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8-11T Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Truita de patates i ceba -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Bròquil amb patata xafada -10T-13 Botifarra de gall dindi al forn -8-13 Seques eco a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) -10T Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) s/làctics -1-8T-10T-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
721 Kcal 25 Gr 27 Prot 99 HC	690 Kcal 23 Gr 18 Prot 103 HC	570 Kcal 22 Gr 10 Prot 85 HC	584 Kcal 28 Gr 19 Prot 65 HC	541 Kcal 24 Gr 28 Prot 52 HC
Llenties eco estofades amb verdures i arròs eco (ceba, all, tomàquet i pebrot) -1T	Crema de carabassa ecològica i cigrons -10	Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)	Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T	Bledes amb patata a l'allet -10T Daus de pit de pollastre Seques eco a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
775 Kcal 27 Gr 19 Prot 115 HC	511 Kcal 17 Gr 15 Prot 70 HC	552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC	609 Kcal 26 Gr 18 Prot 77 HC	674 Kcal 27 Gr 20 Prot 88 HC
Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor	Espirals amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) -1-8T-10T-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Daus de patata a l'allet -10T Daus de pit de pollastre Seques eco a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
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) -10T Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1 Rodanxes de carabassó al forn 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
Gener



DIETA:

PLV no vedella

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
5	6	7	8	9
FESTA	FESTA	FESTA	699 Kcal 29 Gr 20 Prot 88 HC	589 Kcal 21 Gr 29 Prot 72 HC
710 Kcal 25 Gr 19 Prot 100 HC	736 Kcal 31 Gr 31 Prot 85 HC	732 Kcal 33 Gr 20 Prot 89 HC	583 Kcal 28 Gr 22 Prot 61 HC	722 Kcal 27 Gr 20 Prot 101 HC
12	13	14	15	16
Crema de porro ecològic (porro i patata) -10	Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) -1T-10T	Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) -9T-10T	Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita francesa -3 Bolets a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Cigrons eco estofats amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Filet de lluç al forn -4 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8-11T Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Truita de patates i ceba -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Bròquil amb patata xafada -10T-13 Botifarra de gall dindi al forn -8-13 Seques eco a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) -10T Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) s/làctics -1-8T-10T-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
721 Kcal 25 Gr 27 Prot 99 HC	690 Kcal 23 Gr 18 Prot 103 HC	702 Kcal 31 Gr 22 Prot 84 HC	584 Kcal 28 Gr 19 Prot 65 HC	541 Kcal 24 Gr 28 Prot 52 HC
19	20	21	22	23
Llenties eco estofades amb verdures i arròs eco (ceba, all, tomàquet i pebrot) -1T	Crema de carabassa ecològica i cigrons -10	Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)	Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T	Bledes amb patata a l'allet -10T Daus de pit de pollastre Seques eco a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
Truita francesa -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Espirals amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) -1-8T-10T-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Remanat d'ou amb bolets -3 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	
775 Kcal 27 Gr 19 Prot 115 HC	511 Kcal 17 Gr 15 Prot 70 HC	552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC	609 Kcal 26 Gr 18 Prot 77 HC	674 Kcal 27 Gr 20 Prot 88 HC
26	27	28	29	30
Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor	Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) -10T	Trinxat de col i patata -10T	Crema de verdures de temporada ecològiques -10	Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T
Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1 Rodanxes de carabassó al forn Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Daus de gall dindi amb salsa de prunes Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
5	6	7	8	9
FESTA	FESTA	FESTA	762 Kcal 34 Gr 18 Prot 93 HC	602 Kcal 26 Gr 33 Prot 58 HC
Arròs amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) -10T Truita francesa -3 Bolets a l'allet -10T Pa s/gluten 3 Fruita del temps	Cigrons eco estofats amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Filet de lluç al forn -4 Amanida variada Pa s/gluten 3 Iogurt natural s/lactosa 2	Arròs amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) -10T Truita francesa -3 Bolets a l'allet -10T Pa s/gluten 3 Fruita del temps	Arròs amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) -10T Truita francesa -3 Bolets a l'allet -10T Pa s/gluten 3 Fruita del temps	Cigrons eco estofats amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Filet de lluç al forn -4 Amanida variada Pa s/gluten 3 Iogurt natural s/lactosa 2
733 Kcal 35 Gr 18 Prot 87 HC	728 Kcal 32 Gr 28 Prot 81 HC	723 Kcal 34 Gr 17 Prot 85 HC	574 Kcal 29 Gr 19 Prot 57 HC	702 Kcal 29 Gr 15 Prot 94 HC
12	13	14	15	16
Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Espaguetis s/gluten amb carbonara (bacó i beguda vegetal) -8 Tomàquet amanit Pa s/gluten 3 Iogurt natural s/lactosa 2	Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) -1T-10T Truita de patates i ceba -3 Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps	Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) -9T-10T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor Pa s/gluten 3 Fruita del temps	Bròquil amb patata xafada -10T-13 Botifarra de gall dindi al forn -8-13 Seques eco a l'allet -10T Pa s/gluten 3 Fruita del temps	Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) -10T Panini de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -3-10T Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps
713 Kcal 26 Gr 25 Prot 95 HC	691 Kcal 24 Gr 13 Prot 104 HC	561 Kcal 23 Gr 7 Prot 81 HC	619 Kcal 33 Gr 22 Prot 56 HC	532 Kcal 25 Gr 26 Prot 48 HC
19	20	21	22	23
Llenties eco estofades amb verdures i arròs eco (ceba, all, tomàquet i pebrot) -1T 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-10T Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps	Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) -10T 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 Iogurt natural s/lactosa 2	Bledes amb patata a l'allet -10T Daus de pit de pollastre Seques eco a l'allet -10T Pa s/gluten 3 Fruita del temps
733 Kcal 24 Gr 14 Prot 112 HC	449 Kcal 18 Gr 12 Prot 54 HC	543 Kcal 27 Gr 5 Prot 66 HC	600 Kcal 27 Gr 15 Prot 73 HC	687 Kcal 32 Gr 24 Prot 74 HC
26	27	28	29	30
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) -10T Aletes de pollastre al forn Rodanxes de carabassó al forn 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 Iogurt natural s/lactosa 2

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
5	6	7	8	9
FESTA	FESTA	FESTA	762 Kcal 34 Gr 18 Prot 93 HC	580 Kcal 22 Gr 27 Prot 68 HC
711 Kcal 31 Gr 11 Prot 97 HC	728 Kcal 32 Gr 28 Prot 81 HC	723 Kcal 34 Gr 17 Prot 85 HC	574 Kcal 29 Gr 19 Prot 57 HC	702 Kcal 29 Gr 15 Prot 94 HC
<p>Crema de porro ecològic (porro i patata) -10</p> <p>Espaguetis s/gluten amb carbonara (bacó i beguda vegetal) -8</p> <p>Tomàquet amanit Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>	<p>Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) -1T-10T</p> <p>Truita de patates i ceba -3</p> <p>Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>	<p>Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) -9T-10T</p> <p>Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Edamame al vapor Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>	<p>Arròs amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) -10T</p> <p>Truita francesa -3</p> <p>Bolets a l'allet -10T</p> <p>Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>	<p>Cigrons eco estofats amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)</p> <p>Filet de lluç al forn -4</p> <p>Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>
12	13	14	15	16
713 Kcal 26 Gr 25 Prot 95 HC	691 Kcal 24 Gr 13 Prot 104 HC	693 Kcal 32 Gr 20 Prot 81 HC	597 Kcal 29 Gr 16 Prot 67 HC	532 Kcal 25 Gr 26 Prot 48 HC
<p>Llenties eco estofades amb verdures i arròs eco (ceba, all, tomàquet i pebrot) -1T</p> <p>Truita francesa -3</p> <p>Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>	<p>Crema de carabassa ecològica i cigrons -10</p> <p>Espirals s/gluten amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) -8T-10T</p> <p>Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>	<p>Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)</p> <p>Remanat d'ou amb bolets -3</p> <p>Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>	<p>Sopa de verdures amb pasta s/gluten (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -8T-10</p> <p>Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>	<p>Bledes amb patata a l'allet -10T</p> <p>Daus de pit de pollastre</p> <p>Seques eco a l'allet -10T</p> <p>Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>
19	20	21	22	23
733 Kcal 24 Gr 14 Prot 112 HC	449 Kcal 18 Gr 12 Prot 54 HC	543 Kcal 27 Gr 5 Prot 66 HC	600 Kcal 27 Gr 15 Prot 73 HC	665 Kcal 28 Gr 17 Prot 85 HC
<p>Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor</p> <p>Fideuada s/gluten amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -8T-10T</p> <p>Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>	<p>Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) -10T</p> <p>Aletes de pollastre al forn</p> <p>Rodanxes de carabassó al forn Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>	<p>Trinxat de col i patata -10T</p> <p>Daus de gall dindi amb salsa de prunes</p> <p>Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>	<p>Crema de verdures de temporada ecològiques -10</p> <p>Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3</p> <p>Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>	<p>Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T</p> <p>Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada Pa s/gluten 3 Fruita del temps</p>
26	27	28	29	30

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
5	6	7	8	9
FESTA	FESTA	FESTA	<p>Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Pollastre al forn -10T Bolets a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>Cigrons eco estofats amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Filet de lluç al forn -4 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>
710 Kcal 25 Gr 19 Prot 100 HC	724 Kcal 34 Gr 31 Prot 76 HC	732 Kcal 33 Gr 20 Prot 89 HC	583 Kcal 28 Gr 22 Prot 61 HC	722 Kcal 27 Gr 20 Prot 101 HC
<p>Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8-11T Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) -1T-10T Pollastre al forn -10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) -9T-10T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>Bròquil amb patata xafada -10T-13 Botifarra de gall dindi al forn -8-13 seques eco a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) -10T Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) s/làctics -1-8T-10T-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>
733 Kcal 24 Gr 31 Prot 98 HC	690 Kcal 23 Gr 18 Prot 103 HC	783 Kcal 39 Gr 23 Prot 85 HC	478 Kcal 18 Gr 18 Prot 62 HC	541 Kcal 24 Gr 28 Prot 52 HC
<p>Llenties eco estofades amb verdures i arròs eco (ceba, all, tomàquet i pebrot) -1T Filet de lluç al forn -4 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>Crema de carabassa ecològica i cigrons -10 Espirals amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) -1-8T-10T-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Pollastre al forn -10T Bolets a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>Sopa de verdures amb pasta fina (porro, nap, api, pastanaga) -1-8T-10-11T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>Bledes amb patata a l'allet -10T Daus de pit de pollastre seques eco a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>
775 Kcal 27 Gr 19 Prot 115 HC	511 Kcal 17 Gr 15 Prot 70 HC	552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC	580 Kcal 24 Gr 16 Prot 77 HC	674 Kcal 27 Gr 20 Prot 88 HC
<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>Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) -10T Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1 Rodanxes de carabassó al forn Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</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>Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</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>

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
5	6	7	8	9
FESTA	FESTA	FESTA	783 Kcal 29 Gr 14 Prot 113 HC	600 Kcal 25 Gr 34 Prot 61 HC
726 Kcal 31 Gr 21 Prot 89 HC	754 Kcal 30 Gr 21 Prot 101 HC	732 Kcal 33 Gr 20 Prot 89 HC	600 Kcal 29 Gr 26 Prot 59 HC	707 Kcal 30 Gr 20 Prot 91 HC
<p>Crema de porro ecològic (porro i patata) -10</p> <p>Espaguetis integrals ecològics amb beixamel vegetal -1-8-11T</p> <p>Tomàquet amanit</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Iogurt natural -2</p>	<p>Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) -1T-10T</p> <p>Varetes de verdures al forn -1-8T-11T</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) -9T-10T</p> <p>Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Edamame al vapor</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8</p> <p>Varetes de verdures al forn -1-8T-11T</p> <p>Bolets a l'allet -10T</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Cigrons eco estofats amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)</p> <p>Filet de lluç al forn -4</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Iogurt natural -2</p>
12	13	14	15	16
733 Kcal 24 Gr 31 Prot 98 HC	690 Kcal 23 Gr 18 Prot 103 HC	670 Kcal 32 Gr 10 Prot 84 HC	489 Kcal 22 Gr 23 Prot 51 HC	687 Kcal 24 Gr 28 Prot 83 HC
<p>Llenties eco estofades amb verdures i arròs eco (ceba, all, tomàquet i pebrot) -1T</p> <p>Filet de lluç al forn -4</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Crema de carabassa ecològica i cigrons -10</p> <p>Espirals amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) -1-8T-10T-11T</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)</p> <p>Rap al forn</p> <p>Bolets a l'allet -10T</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Bròquil amb patata xafada -10T-13</p> <p>Filet de lluç al forn -4</p> <p>Seques eco a l'allet -10T</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) -10T</p> <p>Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8-10T</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>
19	20	21	22	23
775 Kcal 27 Gr 19 Prot 115 HC	744 Kcal 26 Gr 24 Prot 98 HC	581 Kcal 26 Gr 22 Prot 63 HC	580 Kcal 24 Gr 16 Prot 77 HC	686 Kcal 31 Gr 24 Prot 78 HC
<p>Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor</p> <p>Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) -10T</p> <p>Varetes de verdures al forn a la barbacoa -1-8T-11T</p> <p>Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2-10T</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Trinxat de col i patata -10T</p> <p>Bacallà amb prunes -4T-5T-6T</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Sopa de verdures amb pasta fina (porro, nap, api, pastanaga) -1-8T-10-11T</p> <p>Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Iogurt natural -2</p>	<p>Bledes amb patata a l'allet -10T</p> <p>Mongeta blanca ecològica saltada</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>
26	27	28	29	30
<p>Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor</p> <p>Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) -10T</p> <p>Varetes de verdures al forn a la barbacoa -1-8T-11T</p> <p>Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2-10T</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Trinxat de col i patata -10T</p> <p>Bacallà amb prunes -4T-5T-6T</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Crema de verdures de temporada ecològiques -10</p> <p>Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) -10T</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Fruita del temps</p>	<p>Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T</p> <p>Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens</p> <p>Iogurt natural -2</p>



MENÚ CC BAGES
Gener



DIETA:

Sense marisc

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
5	6	7	8	9
FESTA	FESTA	FESTA	699 Kcal 29 Gr 20 Prot 88 HC	642 Kcal 30 Gr 33 Prot 62 HC
722 Kcal 29 Gr 23 Prot 90 HC	736 Kcal 31 Gr 31 Prot 85 HC	804 Kcal 39 Gr 24 Prot 91 HC	583 Kcal 28 Gr 22 Prot 61 HC	707 Kcal 30 Gr 20 Prot 91 HC
Crema de porro ecològic (porro i patata) -10	Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) -1T-10T	Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) -9T-10T	Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita francesa -3 Bolets a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Cigrons eco estofats amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Pollastre al forn -10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2
Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8-11T Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	Truita de patates i ceba -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Pollastre al forn -10T Edamame al vapor Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Bròquil amb patata xafada -10T-13 Botifarra de gall dindi al forn -8-13 Seques eco a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) -10T Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8-10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
755 Kcal 27 Gr 30 Prot 99 HC	681 Kcal 34 Gr 17 Prot 77 HC	570 Kcal 22 Gr 10 Prot 85 HC	614 Kcal 33 Gr 24 Prot 55 HC	541 Kcal 24 Gr 28 Prot 52 HC
Llenties eco estofades amb verdures i arròs eco (ceba, all, tomàquet i pebrot) -1T	Crema de carabassa ecològica i cigrons -10	Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)	Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10	Bledes amb patata a l'allet -10T
Truita a la francesa amb formatge -2-3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Lasanya de verdures amb beixamel vegetal 1-2-3-8T-9-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Truita francesa -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	Daus de pit de pollastre Seques eco a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
775 Kcal 27 Gr 19 Prot 115 HC	572 Kcal 18 Gr 21 Prot 76 HC	552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC	609 Kcal 26 Gr 18 Prot 77 HC	756 Kcal 33 Gr 20 Prot 93 HC
Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor	Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) -10T	Trinxat de col i patata -10T	Crema de verdures de temporada ecològiques -10	Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T
Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1 Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2-10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Daus de gall dindi amb salsa de prunes Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Truita de carabassó -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2



MENÚ CC BAGES
Gener



DIETA:

Sense crustacis

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
5	6	7	8	9
FESTA	FESTA	FESTA	699 Kcal 29 Gr 20 Prot 88 HC	642 Kcal 30 Gr 33 Prot 62 HC
722 Kcal 29 Gr 23 Prot 90 HC	736 Kcal 31 Gr 31 Prot 85 HC	804 Kcal 39 Gr 24 Prot 91 HC	583 Kcal 28 Gr 22 Prot 61 HC	707 Kcal 30 Gr 20 Prot 91 HC
12	13	14	15	16
Crema de porro ecològic (porro i patata) -10	Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) -1T-10T	Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) -9T-10T	Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita francesa -3 Bolets a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Cigrons eco estofats amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) -10T Pollastre al forn -10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2
19	20	21	22	23
755 Kcal 27 Gr 30 Prot 99 HC	681 Kcal 34 Gr 17 Prot 77 HC	570 Kcal 22 Gr 10 Prot 85 HC	614 Kcal 33 Gr 24 Prot 55 HC	541 Kcal 24 Gr 28 Prot 52 HC
12	13	14	15	16
Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8-11T Tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	Truita de patates i ceba -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Pollastre al forn -10T Edamame al vapor Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Bròquil amb patata xafada -10T-13 Botifarra de gall dindi al forn -8-13 Seques eco a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) -10T Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8-10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
19	20	21	22	23
775 Kcal 27 Gr 19 Prot 115 HC	572 Kcal 18 Gr 21 Prot 76 HC	552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC	609 Kcal 26 Gr 18 Prot 77 HC	756 Kcal 33 Gr 20 Prot 93 HC
12	13	14	15	16
Llenties eco estofades amb verdures i arròs eco (ceba, all, tomàquet i pebrot) -1T	Crema de carabassa ecològica i cigrons -10	Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)	Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10	Bledes amb patata a l'allet -10T
19	20	21	22	23
775 Kcal 27 Gr 19 Prot 115 HC	572 Kcal 18 Gr 21 Prot 76 HC	552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC	609 Kcal 26 Gr 18 Prot 77 HC	756 Kcal 33 Gr 20 Prot 93 HC
12	13	14	15	16
Truita a la francesa amb formatge -2-3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Lasanya de verdures amb beixamel vegetal 1-2-3-8T-9-11T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Truita francesa -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	Daus de pit de pollastre Seques eco a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
26	27	28	29	30
775 Kcal 27 Gr 19 Prot 115 HC	572 Kcal 18 Gr 21 Prot 76 HC	552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC	609 Kcal 26 Gr 18 Prot 77 HC	756 Kcal 33 Gr 20 Prot 93 HC
12	13	14	15	16
Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor	Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) -10T	Trinxat de col i patata -10T	Crema de verdures de temporada ecològiques -10	Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T
26	27	28	29	30
775 Kcal 27 Gr 19 Prot 115 HC	572 Kcal 18 Gr 21 Prot 76 HC	552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC	609 Kcal 26 Gr 18 Prot 77 HC	756 Kcal 33 Gr 20 Prot 93 HC
12	13	14	15	16
Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1 Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2-10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Daus de gall dindi amb salsa de prunes Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Truita de carabassó -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2



MENÚ CC BAGES
Gener



DIETA:

Sense lleties

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
5	6	7	8	9
FESTA	FESTA	FESTA	699 Kcal 29 Gr 20 Prot 88 HC	686 Kcal 29 Gr 24 Prot 82 HC
722 Kcal 29 Gr 23 Prot 90 HC	596 Kcal 30 Gr 20 Prot 61 HC	732 Kcal 33 Gr 20 Prot 89 HC	583 Kcal 28 Gr 22 Prot 61 HC	705 Kcal 30 Gr 20 Prot 90 HC
<p>Crema de porro ecològic (porro i patata) -10</p> <p>Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8</p> <p>Tomàquet amanit -Pa integral- Iogurt natural -2</p>	<p>Patates estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)</p> <p>Truita de patates i ceba -3</p> <p>Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps</p>	<p>Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet)</p> <p>Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Edamame al vapor -Pa integral- Fruita del temps</p>	<p>Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8</p> <p>Truita francesa -3</p> <p>Bolets a l'allet -Pa integral- Fruita del temps</p>	<p>Cigrons eco estofats amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)</p> <p>Calamars a la romana al forn -1-2T-3T-4T-5T-6</p> <p>Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2</p>
12	13	14	15	16
759 Kcal 31 Gr 13 Prot 98 HC	681 Kcal 34 Gr 17 Prot 77 HC	640 Kcal 23 Gr 21 Prot 87 HC	596 Kcal 32 Gr 24 Prot 54 HC	580 Kcal 24 Gr 29 Prot 60 HC
<p>Arròs amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó)</p> <p>Truita a la francesa amb formatge -2-3</p> <p>Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps</p>	<p>Crema de carabassa ecològica i cigrons -5T-10-13T</p> <p>Lasanya de verdures amb beixamel vegetal 1-2-3-8T-9-11T</p> <p>Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps</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 integral- Fruita del temps</p>	<p>Bròquil amb patata xafada -10T-13</p> <p>Botifarra de gall dindi al forn -8-13</p> <p>Seques eco a l'allet -Pa integral- Fruita del temps</p>	<p>Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet)</p> <p>Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8</p> <p>Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps</p>
19	20	21	22	23
773 Kcal 27 Gr 19 Prot 114 HC	670 Kcal 25 Gr 36 Prot 73 HC	552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC	611 Kcal 26 Gr 19 Prot 76 HC	683 Kcal 31 Gr 25 Prot 77 HC
<p>Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor</p> <p>Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T</p> <p>Amanida variada</p> <p>-Pa integral- Fruita del temps</p>	<p>Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)</p> <p>Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1</p> <p>Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2</p> <p>-Pa integral- Fruita del temps</p>	<p>Trinxat de col i patata -10T</p> <p>Daus de gall dindi amb salsa de prunes</p> <p>-Pa integral- Fruita del temps</p>	<p>Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10</p> <p>Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2</p>	<p>Bledes amb patata a l'allet</p> <p>Daus de pit de pollastre</p> <p>Seques eco a l'allet -Pa integral- Fruita del temps</p>
26	27	28	29	30
<p>Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor</p> <p>Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T</p> <p>Amanida variada</p> <p>-Pa integral- Fruita del temps</p>	<p>Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)</p> <p>Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1</p> <p>Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2</p> <p>-Pa integral- Fruita del temps</p>	<p>Trinxat de col i patata -10T</p> <p>Daus de gall dindi amb salsa de prunes</p> <p>-Pa integral- Fruita del temps</p>	<p>Crema de verdures de temporada ecològiques -10</p> <p>Cigrons ecològics a la catalana amb ou dur (all, ceba, tomàquet i ou dur) -3</p> <p>-Pa integral- Fruita del temps</p>	<p>Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T</p> <p>Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada</p> <p>-Pa integral- Iogurt natural -2</p>



MENÚ CC BAGES

Gener



DIETA:

Sense cigrons

DILLUNS

5

FESTA

722 Kcal 29 Gr 23 Prot 90 HC

12

Crema de porro ecològic (porro i patata) **-10**

Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) **-1-8-11T**
Tomàquet amanit
Pa sense al·lèrgens
Iogurt natural **-2**

755 Kcal 27 Gr 30 Prot 99 HC

19

Llenties eco estofades amb verdures i arròs eco (ceba, all, tomàquet i pebrot) **-1T**

Truita a la francesa amb formatge **-2-3**

Amanida variada
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

775 Kcal 27 Gr 19 Prot 115 HC

26

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

DIMARTS

6

FESTA

736 Kcal 31 Gr 31 Prot 85 HC

13

Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) **-1T-10T**

Truita de patates i ceba **-3**

Amanida variada
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

752 Kcal 33 Gr 28 Prot 85 HC

20

Espirals amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) **-1-8T-10T-11T**

Daus de gall dindi al forn

Amanida variada
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

572 Kcal 18 Gr 21 Prot 76 HC

27

Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) **-10T**

Aletes de pollastre al forn a la barbacoa **-1**
Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) **-2-10T**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

DIMECRES

7

FESTA

732 Kcal 33 Gr 20 Prot 89 HC

14

Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) **-9T-10T**

Peix fresc s/mercat **-4-5T-6T**

Edamame al vapor
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

570 Kcal 22 Gr 10 Prot 85 HC

21

Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)

Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC

28

Trinxat de col i patata **-10T**

Daus de gall dindi amb salsa de prunes

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

DIJOUS

8

699 Kcal 29 Gr 20 Prot 88 HC

Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) **-1-8**
Truita francesa **-3**

Bolets a l'allet **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

583 Kcal 28 Gr 22 Prot 61 HC

15

Bròquil amb patata xafada **-10T-13**

Botifarra de gall dindi al forn **-8-13**

Seques eco a l'allet **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

596 Kcal 32 Gr 24 Prot 54 HC

22

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**

753 Kcal 34 Gr 19 Prot 94 HC

29

Crema de verdures de temporada ecològiques **-10**

Arròs ecològic amb salsa de tomàquet i ou dur (ceba, all i tomàquet) **-3**
Amanida variada

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

DIVENDRES

9

624 Kcal 36 Gr 15 Prot 59 HC

Patates estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) **-10T**
Calamars a la romana al forn **-1T-2T-3T-4T-5T-6**
Amanida variada
Pa sense al·lèrgens
Iogurt natural **-2**

658 Kcal 27 Gr 17 Prot 85 HC

16

Pèsols amb patata a l'allet

Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) **-2-8-10T**
Amanida variada
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

541 Kcal 24 Gr 28 Prot 52 HC

23

Bledes amb patata a l'allet **-10T**

Daus de pit de pollastre

Seques eco a l'allet **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

686 Kcal 31 Gr 24 Prot 78 HC

30

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
5	6	7	8	9
FESTA	FESTA	FESTA	<p>771 Kcal 33 Gr 20 Prot 96 HC</p> <p>Arròs amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) -10T Trita francesa -3</p> <p>Bolets a l'allet -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>624 Kcal 36 Gr 15 Prot 59 HC</p> <p>Patates estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) -10T Calamars a la romana al forn -1T-2T-3T-4T-5T-6 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2</p>
12	13	14	15	16
<p>686 Kcal 37 Gr 27 Prot 60 HC</p> <p>Crema de porro ecològic (porro i patata) -10 Pollastre al forn -10T Espaguetis amb orenga -1-8T-11T Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2</p>	<p>596 Kcal 30 Gr 20 Prot 61 HC</p> <p>Patates estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) -10T Trita de patates i ceba -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>688 Kcal 28 Gr 19 Prot 91 HC</p> <p>Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) -9T-10T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>557 Kcal 27 Gr 28 Prot 52 HC</p> <p>Bròquil amb patata xafada -10T-13</p> <p>Daus de gall dindi al forn Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>690 Kcal 30 Gr 20 Prot 87 HC</p> <p>Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all i tomàquet) Trita francesa -3 Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>
19	20	21	22	23
<p>759 Kcal 31 Gr 13 Prot 98 HC</p> <p>Arròs amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) -10T</p> <p>Trita a la francesa amb formatge -2-3</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>531 Kcal 23 Gr 28 Prot 54 HC</p> <p>Espirals amb pastanaga I xampinyons -1-10T</p> <p>Daus de gall dindi al forn</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>640 Kcal 23 Gr 21 Prot 87 HC</p> <p>Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)</p> <p>Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) -10T</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>596 Kcal 32 Gr 24 Prot 54 HC</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>524 Kcal 24 Gr 25 Prot 53 HC</p> <p>Bledes amb patata a l'allet -10T</p> <p>Daus de pit de pollastre</p> <p>Amanida variada Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>
26	27	28	29	30
<p>773 Kcal 29 Gr 29 Prot 102 HC</p> <p>Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Filet de lluç al forn -4</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>613 Kcal 29 Gr 26 Prot 63 HC</p> <p>Patates estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) -10T Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1</p> <p>Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2-10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>552 Kcal 26 Gr 7 Prot 70 HC</p> <p>Trinxat de col i patata -10T</p> <p>Daus de gall dindi amb salsa de prunes</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>755 Kcal 34 Gr 19 Prot 93 HC</p> <p>Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Arròs ecològic amb salsa de tomàquet i ou dur (ceba, all i tomàquet) -3 Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens Fruita del temps</p>	<p>683 Kcal 31 Gr 25 Prot 77 HC</p> <p>Arròs ecològic a la camperola (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -10T Peix fresc s/mercat -4-5T-6T</p> <p>Amanida variada</p> <p>Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2</p>

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
5	6	7	8	9
FESTA	FESTA	FESTA	718 Kcal 29 Gr 20 Prot 92 HC	671 Kcal 29 Gr 24 Prot 79 HC
722 Kcal 29 Gr 23 Prot 90 HC	755 Kcal 31 Gr 31 Prot 89 HC	751 Kcal 33 Gr 20 Prot 94 HC	602 Kcal 28 Gr 22 Prot 65 HC	726 Kcal 30 Gr 20 Prot 95 HC
Crema de porro ecològic (porro i patata) -10	Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) -1T-10T	Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) -9T-10T	Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita francesa -3	Cigrons eco estofats amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Calamars a la romana al forn -1T-2T-3T-4T-5T-6
Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8-11T Tomàquet amanit -Pa integral- Iogurt natural -2	Truita de patates i ceba -3 Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps*	Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor -Pa integral- Fruita del temps*	Bolets a l'allet -10T -Pa integral- Fruita del temps*	Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2
774 Kcal 27 Gr 30 Prot 103 HC	700 Kcal 34 Gr 17 Prot 82 HC	589 Kcal 22 Gr 10 Prot 89 HC	596 Kcal 32 Gr 24 Prot 54 HC	560 Kcal 24 Gr 28 Prot 56 HC
Llenties eco estofades amb verdures i arròs eco (ceba, all, tomàquet i pebrot) -1T	Crema de carabassa ecològica i cigrons -10	Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)	Bròquil amb patata xafada -10T-13	Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) -10T
Truita a la francesa amb formatge -2-3 Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps*	Lasanya de verdures amb beixamel vegetal 1-2-3-8T-9-11T Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps*	Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) -10T -Pa integral- Fruita del temps*	Botifarra de gall dindi al forn -8-13 Seques eco a l'allet -10T -Pa integral- Fruita del temps*	Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8-10T Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps*
794 Kcal 27 Gr 19 Prot 120 HC	591 Kcal 18 Gr 21 Prot 81 HC	677 Kcal 38 Gr 23 Prot 60 HC	628 Kcal 26 Gr 18 Prot 81 HC	686 Kcal 31 Gr 24 Prot 78 HC
Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor	Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) -10T	Trinxat de col i patata -10T	Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10	Bledes amb patata a l'allet -10T
Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada	Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1 Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2-10T	Daus de gall dindi al forn Amanida variada	Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2	Daus de pit de pollastre Seques eco a l'allet -10T -Pa integral- Fruita del temps*
-Pa integral- Fruita del temps*	-Pa integral- Fruita del temps*	-Pa integral- Fruita del temps*	-Pa integral- Fruita del temps*	-Pa integral- Iogurt natural -2

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
5	6	7	8	9
FESTA	FESTA	FESTA	718 Kcal 29 Gr 20 Prot 92 HC	671 Kcal 29 Gr 24 Prot 79 HC
722 Kcal 29 Gr 23 Prot 90 HC	755 Kcal 31 Gr 31 Prot 89 HC	751 Kcal 33 Gr 20 Prot 94 HC	602 Kcal 28 Gr 22 Prot 65 HC	726 Kcal 30 Gr 20 Prot 95 HC
Crema de porro ecològic (porro i patata) -10	Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) -1T-10T	Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) -9T-10T	Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita francesa -3	Cigrons eco estofats amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Calamars a la romana al forn -1T-2T-3T-4T-5T-6
Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8-11T Tomàquet amanit -Pa integral- Iogurt natural -2	Truita de patates i ceba -3 Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps*	Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor -Pa integral- Fruita del temps*	Bolets a l'allet -10T -Pa integral- Fruita del temps*	Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2
774 Kcal 27 Gr 30 Prot 103 HC	700 Kcal 34 Gr 17 Prot 82 HC	589 Kcal 22 Gr 10 Prot 89 HC	596 Kcal 32 Gr 24 Prot 54 HC	560 Kcal 24 Gr 28 Prot 56 HC
Llenties eco estofades amb verdures i arròs eco (ceba, all, tomàquet i pebrot) -1T	Crema de carabassa ecològica i cigrons -10	Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)	Bròquil amb patata xafada -10T-13	Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) -10T
Truita a la francesa amb formatge -2-3 Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps*	Lasanya de verdures amb beixamel vegetal 1-2-3-8T-9-11T Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps*	Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) -10T -Pa integral- Fruita del temps*	Botifarra de gall dindi al forn -8-13 Seques eco a l'allet -10T -Pa integral- Fruita del temps*	Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8-10T Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps*
794 Kcal 27 Gr 19 Prot 120 HC	591 Kcal 18 Gr 21 Prot 81 HC	571 Kcal 26 Gr 8 Prot 74 HC	628 Kcal 26 Gr 18 Prot 81 HC	686 Kcal 31 Gr 24 Prot 78 HC
Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor	Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) -10T	Trinxat de col i patata -10T	Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10	Bledes amb patata a l'allet -10T
Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T Amanida variada	Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1 Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2-10T	Daus de gall dindi amb salsa de prunes	Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2	Daus de pit de pollastre Seques eco a l'allet -10T -Pa integral- Fruita del temps*
-Pa integral- Fruita del temps*	-Pa integral- Fruita del temps*	-Pa integral- Fruita del temps*	-Pa integral- Fruita del temps*	-Pa integral- Iogurt natural -2



MENÚ CC BAGES
Gener



DIETA:

Sense kiwi

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
5	6	7	8	9
FESTA	FESTA	FESTA	718 Kcal 29 Gr 20 Prot 92 HC	671 Kcal 29 Gr 24 Prot 79 HC
722 Kcal 29 Gr 23 Prot 90 HC	755 Kcal 31 Gr 31 Prot 89 HC	751 Kcal 33 Gr 20 Prot 94 HC	602 Kcal 28 Gr 22 Prot 65 HC	726 Kcal 30 Gr 20 Prot 95 HC
Crema de porro ecològic (porro i patata) -10	Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) -1T-10T	Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) -9T-10T	Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita francesa -3	Cigrons eco estofats amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Calamars a la romana al forn -1T-2T-3T-4T-5T-6
Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8-11T Tomàquet amanit -Pa integral- Iogurt natural -2	Truita de patates i ceba -3	Peix fresc s/mercat -4-5T-6T	Bolets a l'allet -10T -Pa integral- Fruita del temps*	Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2
774 Kcal 27 Gr 30 Prot 103 HC	700 Kcal 34 Gr 17 Prot 82 HC	589 Kcal 22 Gr 10 Prot 89 HC	596 Kcal 32 Gr 24 Prot 54 HC	560 Kcal 24 Gr 28 Prot 56 HC
Llenties eco estofades amb verdures i arròs eco (ceba, all, tomàquet i pebrot) -1T	Crema de carabassa ecològica i cigrons -10	Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)	Bròquil amb patata xafada -10T-13	Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) -10T
Truita a la francesa amb formatge -2-3	Lasanya de verdures amb beixamel vegetal 1-2-3-8T-9-11T	Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) -10T	Botifarra de gall dindi al forn -8-13	Coca de verdures (tomàquet, ceba, pebrot i carabassó) -2-8-10T
Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps*	Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps*	-Pa integral- Fruita del temps*	Seques eco a l'allet -10T -Pa integral- Fruita del temps*	Amanida variada -Pa integral- Fruita del temps*
794 Kcal 27 Gr 19 Prot 120 HC	591 Kcal 18 Gr 21 Prot 81 HC	571 Kcal 26 Gr 8 Prot 74 HC	628 Kcal 26 Gr 18 Prot 81 HC	686 Kcal 31 Gr 24 Prot 78 HC
Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor	Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) -10T	Trinxat de col i patata -10T	Sopa de verdures amb pasta fina ecològica (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1T-3T-10	Bledes amb patata a l'allet -10T
Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1-10T	Aletes de pollastre al forn a la barbacoa -1	Daus de gall dindi amb salsa de prunes	Peix fresc s/mercat -4-5T-6T	Daus de pit de pollastre
Amanida variada	Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge i orenga) -2-10T	-Pa integral- Fruita del temps*	Amanida variada -Pa integral- Iogurt natural -2	Seques eco a l'allet -10T -Pa integral- Fruita del temps*
-Pa integral- Fruita del temps*	-Pa integral- Fruita del temps*	-Pa integral- Fruita del temps*	Iogurt natural -2	-Pa integral- Fruita del temps*