

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

6

794 Kcal 32 Gr 18 Prot 100 HC

7

787 Kcal 29 Gr 17 Prot 94 HC

8

522 Kcal 28 Gr 12 Prot 53 HC

9

676 Kcal 31 Gr 37 Prot 51 HC

10

FESTA

Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) **-1-8**
Filet de lluç arrebossat al forn **-1-2T-3T-4-5T-6-8T-13T**
Xampinyons a l'allet **-10T**

Crema de carabassa ecològica **-10**
Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums **-1-10T-13**
Amanida variada **-10T**

Coliflor amb patata al vapor
Aletes de pollastre a la barbacoa **-1**
Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge, orenga) **-2-10T**

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Ous durs gratinats amb beixamel vegetal **-2-3-8**
Amanida variada **-10T**

-Pa integral-
Fruita del temps

-Pa integral-
Fruita del temps

-Pa integral-
Fruita del temps

-Pa integral-
Iogurt natural **-2**

519 Kcal 26 Gr 8 Prot 56 HC

13

756 Kcal 35 Gr 35 Prot 71 HC

14

695 Kcal 27 Gr 19 Prot 88 HC

15

572 Kcal 28 Gr 20 Prot 53 HC

16

780 Kcal 33 Gr 18 Prot 94 HC

17

Trinxat de col i patata (col, patata i all) **-10T**

Lenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) **-1T-10T**
Truita de patates i ceba **-3**

Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) **-10**
Peix fresc s/mercat **-4-5T-6T**

Crema de porro ecològic i carabassó **-10**
Botifarra de gall dindi al forn **-8-13**

Espirals integrals eco amb salsa de pesto **-1-2-3-7T-8T-9-10T-11T**

Estofat de gall dindi a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

Seques eco a l'allet **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

Fajites amb cigrons i verdures saltades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-1-8T-10T-11T**
Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

730 Kcal 29 Gr 25 Prot 85 HC

20

442 Kcal 32 Gr 25 Prot 50 HC

21

720 Kcal 27 Gr 12 Prot 102 HC

22

782 Kcal 37 Gr 23 Prot 73 HC

23

758 Kcal 28 Gr 27 Prot 95 HC

24

Espaguetis integrals ecològics amb beixamel vegetal **-1-8-11T**

Bròquil amb seques eco a l'allet **-10T**
Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) **-10T**

Crema de porro ecològic (porro i patata)
Arròs eco a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-10T**
Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

Sopa de verdures amb pasta de lletres (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) **-1-10**
Llibret de gall dindi al forn **-1T-2-3T-8T**
Hortalisses gratinades **-2-10T**
-Pa integral-
Pastís de Sant Jordi **-1-2-3-7T-8-9T-11T-13T**

Lenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot) **-1T**
Peix fresc s/mercat **-4-5T-6T**

-Pa integral-
Fruita del temps

-Pa integral-
Fruita del temps

-Pa integral-
Fruita del temps

783 Kcal 27 Gr 19 Prot 112 HC

27

807 Kcal 33 Gr 23 Prot 100 HC

28

670 Kcal 27 Gr 23 Prot 74 HC

29

616 Kcal 26 Gr 18 Prot 74 HC

30

Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor

Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) **-10T**

Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) **-10T**
Hamburguesa de coliflor amb formatge **-1-2-3-12**

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

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) **-1-10T**
Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

Pollastre al forn **-10T**
Poma i ceba
-Pa integral-
Fruita del temps

Amanida variada **-10T**
-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

FESTA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

6

794 Kcal 32 Gr 18 Prot 100 HC

7

788 Kcal 29 Gr 17 Prot 94 HC

8

732 Kcal 31 Gr 18 Prot 91 HC

9

675 Kcal 31 Gr 37 Prot 51 HC

10

FESTA

Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) **-1-8**
Filet de lluç arrebossat al forn **-1T-2T-3T-4-5T-6T-8T-13T**
Xampinyons a l'allet

-Pa integral-
Fruita del temps

755 Kcal 35 Gr 35 Prot 71 HC

14

Crema de carabassa ecològica
Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums **-1-10-13**
Amanida variada **-10T**

-Pa integral-
Fruita del temps

695 Kcal 27 Gr 19 Prot 88 HC

15

Coliflor amb patata al vapor
Varettes de verdures al forn a la barbacoa **-1-8T-11T**
Rodanxa de carbassó a la pizza (carbassó, tomàquet, formatge, orenga) **-2**

-Pa integral-
Fruita del temps

610 Kcal 27 Gr 18 Prot 66 HC

16

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Ous durs gratinats amb beixamel vegetal **-2-3-8**
Amanida variada **-10T**

-Pa integral-
Iogurt natural **-2**

780 Kcal 33 Gr 18 Prot 94 HC

17

Trinxat de col i patata (col, patata i all) **-10T**
Mandonguilles de lluç a la jardineria (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga) **-1-2T-3T-4-5T-6**

-Pa integral-
Fruita del temps

730 Kcal 29 Gr 25 Prot 85 HC

20

Lentilles ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Truita de patates i ceba **-3**

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Iogurt natural **-2**

634 Kcal 35 Gr 12 Prot 49 HC

21

Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) **-10**
Peix fresc s/mercat **-4-5T-6T**

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

720 Kcal 27 Gr 12 Prot 102 HC

22

Crema de porro ecològic i carbassó **-10**
Hamburguesa de coliflor amb formatge **-1-2-3-12**

Seques eco a l'allet
-Pa integral-
Fruita del temps

799 Kcal 37 Gr 23 Prot 87 HC

23

Espirals integrals eco amb salsa de pesto **-1-2-3-7T-8T-9-10T-11T**
Fajites amb cigrons i verdures saltades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-1-8T-11T**

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

758 Kcal 28 Gr 27 Prot 95 HC

24

Espaguetis integrals ecològics amb beixamel vegetal **-1-8**

Truita francesa **-3**

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

781 Kcal 27 Gr 19 Prot 111 HC

27

Bròquil amb seques eco a l'allet **-10T**

Remanat d'ou **-3**

Xampinyons a l'allet
-Pa integral-
Fruita del temps

751 Kcal 27 Gr 23 Prot 98 HC

28

Crema de porro ecològic (porro i patata)

Arròs eco a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga)

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

670 Kcal 27 Gr 23 Prot 74 HC

29

Sopa de verdures amb pasta de lletres (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) **-1-10**

Filet de lluç arrebossat al forn **-1T-2T-3T-4-5T-6T-8T-13T**

Hortalisses gratinades **-2**
-Pa integral-
Pastís de Sant Jordi **1-2-3-7T-8-9T-11T-13T**

613 Kcal 26 Gr 18 Prot 73 HC

30

Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor
Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pastanaga) **-1**

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
Bacallà al forn **-4**

Poma i ceba
-Pa integral-
Fruita del temps

Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Hamburguesa de coliflor amb formatge **-1-2-3-12**

Amanida variada **-10T**
-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

FESTA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

6

708 Kcal 28 Gr 20 Prot 85 HC

7

788 Kcal 29 Gr 17 Prot 94 HC

8

732 Kcal 31 Gr 18 Prot 91 HC

9

675 Kcal 31 Gr 37 Prot 51 HC

10

FESTA

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

Xampinyons a l'allet

-Pa integral-
Fruita del temps

637 Kcal 32 Gr 14 Prot 68 HC

13

Trinxat de col i patata (col, patata i all) **-10T**
Hamburguesa de coliflor amb formatge **-1-2-3-12**

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

730 Kcal 29 Gr 25 Prot 85 HC

20

Espaguetis integrals ecològics amb beixamel vegetal **-1-8**

Truita francesa **-3**

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

781 Kcal 27 Gr 19 Prot 111 HC

27

Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor
Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) **-1**

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

755 Kcal 35 Gr 35 Prot 71 HC

14

Lentilles ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Truita de patates i ceba **-3**

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Iogurt natural **-2**

634 Kcal 35 Gr 12 Prot 49 HC

21

Bròquil amb seques eco a l'allet **-10T**

Remanat d'ou **-3**

Xampinyons a l'allet
-Pa integral-
Fruita del temps

754 Kcal 29 Gr 19 Prot 99 HC

28

Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
Truita francesa **-3**

Poma i ceba
-Pa integral-
Fruita del temps

714 Kcal 27 Gr 14 Prot 97 HC

15

Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) **-10**
Pèsols ecològics amb pastanaga al vapor

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

720 Kcal 27 Gr 12 Prot 102 HC

22

Crema de porro ecològic (porro i patata)

Arròs eco a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga)

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

670 Kcal 27 Gr 23 Prot 74 HC

29

Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Hamburguesa de coliflor amb formatge **-1-2-3-12**

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

535 Kcal 24 Gr 21 Prot 51 HC

16

Crema de porro ecològic i carabassó **-10**

Truita francesa **-3**

Seques eco a l'allet
-Pa integral-
Fruita del temps

809 Kcal 27 Gr 31 Prot 98 HC

23

Sopa de verdures amb pasta de lletres (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) **-1-10**
Pèsols a l'allet **-13**

Hortalisses gratinades **-2**
-Pa integral-
Pastís de Sant Jordi **1-2-3-7T-8-9T-11T-13T**

613 Kcal 26 Gr 18 Prot 73 HC

30

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

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Ous durs gratinats amb beixamel vegetal **-2-3-8**

Amanida variada **-10T**

-Pa integral-
Iogurt natural **-2**

780 Kcal 33 Gr 18 Prot 94 HC

17

Espirals integrals eco amb salsa de pesto **-1-2-3-7T-8T-9-10T-11T**
Fajites amb cigrons i verdures saltades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-1-8T-11T**

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

Lentilles ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot)

Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) **-1-8T-11T**
Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

FESTA



MENÚ CC BAGES Abril



DIETA:

Sense fruits secs

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

6

753 Kcal 27 Gr 18 Prot 102 HC

7

788 Kcal 29 Gr 17 Prot 94 HC

8

704 Kcal 34 Gr 29 Prot 66 HC

9

675 Kcal 31 Gr 37 Prot 51 HC

10

FESTA

Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) **-1-8**
Filet de lluç arrebossat al forn **-1T-2T-3T-4-5T-6T-8T-13T**
Amanida variada **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

755 Kcal 35 Gr 35 Prot 71 HC

14

Crema de carabassa ecològica
Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums **-1-10-13**
Amanida variada **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

695 Kcal 27 Gr 19 Prot 88 HC

15

Coliflor amb patata al vapor
Aletes de pollastre a la barbacoa **-1**
Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge, orenga) **-2**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

615 Kcal 32 Gr 24 Prot 51 HC

16

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot) **-2-3-8**
Ous durs gratinats amb beixamel vegetal **-2-3-8**
Amanida variada **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Iogurt natural **-2**

814 Kcal 32 Gr 21 Prot 104 HC

17

Trinxat de col i patata (col, patata i all) **-10T**
Estofat de gall dindi a la jardineria (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

726 Kcal 27 Gr 27 Prot 85 HC

20

Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Truita de patates i ceba **-3**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Iogurt natural **-2**

442 Kcal 32 Gr 25 Prot 50 HC

21

Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) **-10**
Peix fresc s/mercat **-4-5T-6T**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

720 Kcal 27 Gr 12 Prot 102 HC

22

Crema de porro ecològic i carabassó **-10**
Botifarra de porc al forn **-13**

Seques eco a l'allet
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

836 Kcal 41 Gr 27 Prot 85 HC

23

Espirals amb orenga i formatge ratllat **-1-2**
Fajites amb cigrons i verdures saltades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-1-8T-11T**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

758 Kcal 28 Gr 27 Prot 95 HC

24

Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) **-1-8**

Truita francesa **-3**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

781 Kcal 27 Gr 19 Prot 111 HC

27

Bròquil amb seques eco a l'allet **-10T**

Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets)

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

807 Kcal 33 Gr 23 Prot 100 HC

28

Crema de porro ecològic (porro i patata)

Arròs eco a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga)

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

670 Kcal 27 Gr 23 Prot 74 HC

29

Sopa de verdures amb pasta de lletres (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) **-1-10**
Llibret de gall dindi al forn **-1-2-3T-8T**

Hortalisses gratinades **-2**
Pa sense al·lèrgens
Iogurt natural i galetes dibus **-2-8**

613 Kcal 26 Gr 18 Prot 73 HC

30

Llenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot)

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

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor
Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) **-1**
Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

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

Poma i ceba
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Hamburguesa de coliflor amb formatge **-1-2-3-12**

Amanida variada **-10T**
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

FESTA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

Arròs eco amb verdures (pèsols, ceba, pastanaga i carabassó)
Filet de lluç arrebossat cassolà s/gluten -3-4
Xampinyons a l'allet

Crema de carabassa ecològica
Pollastre al forn
Macarrons s/gluten amb orenga -8T

Coliflor amb patata al vapor
Aletes de pollastre al forn
Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge, orenga) -2

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Ous durs gratinats amb beixamel vegetal -2-3-8
Amanida variada -10T

Pa s/gluten 3
Fruita del temps

Pa s/gluten 3
Fruita del temps

Pa s/gluten 3
Fruita del temps

Pa s/gluten 3
Iogurt natural -2

586 Kcal 28 Gr 25 Prot 56 HC

700 Kcal 36 Gr 31 Prot 64 HC

678 Kcal 29 Gr 17 Prot 87 HC

598 Kcal 33 Gr 21 Prot 50 HC

887 Kcal 38 Gr 19 Prot 117 HC

Trinxat de col i patata (col, patata i all) -10T
Estofat de gall dindi a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Amanida variada -10T
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 -10T
Pa s/gluten 3
Iogurt natural -2

Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) -10
Peix fresc s/mercat -4-5T-6T
Amanida variada -10T
Pa s/gluten 3
Fruita del temps

Crema de porro ecològic i carabassó -10
Botifarra de porc al forn -13
Seques eco a l'allet
Pa s/gluten 3
Fruita del temps

Espirals s/gluten amb salsa pesto 2-3-7T-8T-9-10T
Cigrons eco saltats amb verdures (tomàquet, ceba, all i pastanaga)
Amanida variada -10T
Pa s/gluten 3
Fruita del temps

773 Kcal 34 Gr 21 Prot 93 HC

425 Kcal 33 Gr 22 Prot 49 HC

703 Kcal 28 Gr 9 Prot 101 HC

864 Kcal 43 Gr 30 Prot 86 HC

693 Kcal 24 Gr 24 Prot 94 HC

Espaguetis s/gluten amb carbonara (bacó i beguda vegetal) -8
Truita francesa -3
Amanida variada -10T
Pa s/gluten 3
Fruita del temps

Bròquil amb seques eco a l'allet -10T
Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets)
Pa s/gluten 3
Fruita del temps

Crema de porro ecològic (porro i patata)
Arròs eco a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga)
Amanida variada -10T
Pa s/gluten 3
Fruita del temps

Sopa de verdures amb pasta s/gluten (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -10-14
Pollastre arrebossat s/gluten
Hortalisses gratinades -2
Pa s/gluten 3
Iogurt natural i galetes dibus -2-8

Llenties eco (s/gluten) amb verdures i arròs eco (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Peix fresc s/mercat -4-5T-6T
Amanida variada -10T
Pa s/gluten 3
Fruita del temps

730 Kcal 24 Gr 14 Prot 111 HC

790 Kcal 34 Gr 20 Prot 99 HC

589 Kcal 25 Gr 27 Prot 58 HC

596 Kcal 27 Gr 16 Prot 72 HC

Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor
Fideuada s/gluten amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -8T
Amanida variada -10T
Pa s/gluten 3
Fruita del temps

Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
Pollastre al forn
Poma i ceba
Pa s/gluten 3
Fruita del temps

Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Filet de lluç al forn -4
Amanida variada -10T
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

FESTA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

6

728 Kcal 27 Gr 18 Prot 93 HC

7

788 Kcal 29 Gr 17 Prot 94 HC

8

665 Kcal 33 Gr 24 Prot 65 HC

9

613 Kcal 25 Gr 34 Prot 51 HC

10

FESTA

Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) **-1-8**
Lluç amb arrebossat casolà **-3-4**

Xampinyons a l'allet
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Crema de carabassa ecològica
Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums **-1-10-13**
Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Coliflor amb patata al vapor
Aletes de pollastre a la barbacoa **-1**
Rodanxes de carabassó al forn
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Ous durs gratinats amb beixamel vegetal (s/formatge) **3-8**
Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Iogurt natural s/lactosa **2**

603 Kcal 27 Gr 28 Prot 57 HC

13

766 Kcal 35 Gr 37 Prot 71 HC

14

695 Kcal 27 Gr 19 Prot 88 HC

15

615 Kcal 32 Gr 24 Prot 51 HC

16

777 Kcal 29 Gr 19 Prot 104 HC

17

Trinxat de col i patata (col, patata i all) **-10T**
Estofat de gall dindi a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Trita de patates i ceba **-3**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Iogurt natural s/lactosa **2**

Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) **-10**
Peix fresc s/mercat **-4-5T-6T**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Crema de porro ecològic i carabassó **-10**
Botifarra de porc al forn **-13**

Seques eco a l'allet
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Espirals amb orenga **-1-8T-11T**
Fajites amb cigrons i verdures saltades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-1-8T-11T**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

726 Kcal 27 Gr 27 Prot 85 HC

20

442 Kcal 32 Gr 25 Prot 50 HC

21

720 Kcal 27 Gr 12 Prot 102 HC

22

850 Kcal 40 Gr 32 Prot 85 HC

23

758 Kcal 28 Gr 27 Prot 95 HC

24

Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) **-1-8**

Trita francesa **-3**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Bròquil amb seques eco a l'allet **-10T**

Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets)

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Crema de porro ecològic (porro i patata)

Arròs eco a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga)

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Sopa de verdures amb pasta de lletres (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) **-1-10**
Pollastre arrebossat

Verdures al forn
Pa sense al·lèrgens
Iogurt s/lactosa i galetes dibus **-2-8**

Llenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot)

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

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

781 Kcal 27 Gr 19 Prot 111 HC

27

807 Kcal 33 Gr 23 Prot 100 HC

28

678 Kcal 25 Gr 20 Prot 85 HC

29

613 Kcal 26 Gr 18 Prot 73 HC

30

Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor
Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) **-1**
Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

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

Poma i ceba
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) **-1-8T-11T**
Amanida variada **-10T**
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

FESTA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

6

822 Kcal 34 Gr 23 Prot 101 HC

7

695 Kcal 34 Gr 17 Prot 65 HC

8

567 Kcal 29 Gr 21 Prot 55 HC

9

596 Kcal 26 Gr 31 Prot 51 HC

10

FESTA

Arròs eco amb verdures (pèsols, ceba, pastanaga i carabassó)
Filet de lluç arrebossat cassolà s/gluten
-3-4
Xampinyons a l'allet
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

Crema de carabassa ecològica
Pollastre al forn
Macarrons s/gluten amb orenga **-8T**
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

Coliflor amb patata al vapor
Aletes de pollastre al forn
Rodanxes de carabassó al forn
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Ous durs gratinats amb beixamel vegetal (s/formatge) **3-8**
Amanida variada **-10T**
Pa s/gluten **3**
Iogurt natural s/lactosa **2**

586 Kcal 28 Gr 25 Prot 56 HC

13

711 Kcal 36 Gr 32 Prot 64 HC

14

678 Kcal 29 Gr 17 Prot 87 HC

15

598 Kcal 33 Gr 21 Prot 50 HC

16

887 Kcal 38 Gr 19 Prot 117 HC

17

Trinxat de col i patata (col, patata i all)
-10T
Estofat de gall dindi a la jardineria (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Amanida variada **-10T**
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

Lenties s/gluten estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Trita de patates i ceba **-3**
Amanida variada **-10T**
Pa s/gluten **3**
Iogurt natural s/lactosa **2**

Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) **-10**
Peix fresc s/mercat **-4-5T-6T**
Amanida variada **-10T**
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

Crema de porro ecològic i carabassó **-10**
Botifarra de porc al forn **-13**
Seques eco a l'allet
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

Espirals s/gluten amb salsa pesto **2-3-7T-8T-9-10T**
Cigrons eco saltats amb verdures (tomàquet, ceba, all i pastanaga)
Amanida variada **-10T**
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

773 Kcal 34 Gr 21 Prot 93 HC

20

425 Kcal 33 Gr 22 Prot 49 HC

21

703 Kcal 28 Gr 9 Prot 101 HC

22

852 Kcal 42 Gr 28 Prot 88 HC

23

693 Kcal 24 Gr 24 Prot 94 HC

24

Espaguetis s/gluten amb carbonara (bacó i beguda vegetal) **-8**
Trita francesa **-3**
Amanida variada **-10T**
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

Bròquil amb seques eco a l'allet **-10T**
Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets)
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

Crema de porro ecològic (porro i patata)
Arròs eco a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga)
Amanida variada **-10T**
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

Sopa de verdures amb pasta s/gluten (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) **-10-14**
Pollastre arrebossat s/gluten
Verdures al forn
Pa s/gluten **3**
Iogurt s/lactosa i galetes dibus **-2-5**

Lenties eco (s/gluten) amb verdures i arròs eco (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Peix fresc s/mercat **-4-5T-6T**
Amanida variada **-10T**
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

730 Kcal 24 Gr 14 Prot 111 HC

27

790 Kcal 34 Gr 20 Prot 99 HC

28

589 Kcal 25 Gr 27 Prot 58 HC

29

596 Kcal 27 Gr 16 Prot 72 HC

30

Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor
Fideuada s/gluten amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) **-8T**
Amanida variada **-10T**
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
Pollastre al forn
Poma i ceba
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Filet de lluç al forn **-4**
Amanida variada **-10T**
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

FESTA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

6

728 Kcal 27 Gr 18 Prot 93 HC

7

788 Kcal 29 Gr 17 Prot 94 HC

8

665 Kcal 33 Gr 24 Prot 65 HC

9

591 Kcal 21 Gr 27 Prot 62 HC

10

FESTA

Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) **-1-8**
Lluç amb arrebossat casolà **-3-4**

Xampinyons a l'allet
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Crema de carabassa ecològica
Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums **-1-10-13**
Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Coliflor amb patata al vapor
Aletes de pollastre a la barbacoa **-1**
Rodanxes de carbassó al forn
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Ous durs gratinats amb beixamel vegetal (s/formatge) **3-8**
Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

603 Kcal 27 Gr 28 Prot 57 HC

13

744 Kcal 31 Gr 31 Prot 82 HC

14

695 Kcal 27 Gr 19 Prot 88 HC

15

615 Kcal 32 Gr 24 Prot 51 HC

16

777 Kcal 29 Gr 19 Prot 104 HC

17

Trinxat de col i patata (col, patata i all) **-10T**
Estofat de gall dindi a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Trita de patates i ceba **-3**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) **-10**
Peix fresc s/mercat **-4-5T-6T**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Crema de porro ecològic i carbassó **-10**
Botifarra de porc al forn **-13**

Seques eco a l'allet
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Espirals amb orenga **-1-8T-11T**

Fajites amb cigrons i verdures saltades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-1-8T-11T**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

726 Kcal 27 Gr 27 Prot 85 HC

20

442 Kcal 32 Gr 25 Prot 50 HC

21

720 Kcal 27 Gr 12 Prot 102 HC

22

829 Kcal 36 Gr 25 Prot 95 HC

23

758 Kcal 28 Gr 27 Prot 95 HC

24

Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) **-1-8**

Trita francesa **-3**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Bròquil amb seques eco a l'allet **-10T**

Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets)

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Crema de porro ecològic (porro i patata)

Arròs eco a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga)

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Sopa de verdures amb pasta de lletres (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) **-1-10**
Pollastre arrebossat

Verdures al forn
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps i galetes dibus **-8**

Llenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot)

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

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

781 Kcal 27 Gr 19 Prot 111 HC

27

807 Kcal 33 Gr 23 Prot 100 HC

28

678 Kcal 25 Gr 20 Prot 85 HC

29

613 Kcal 26 Gr 18 Prot 73 HC

30

Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor

Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pastanaga) **-1**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

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

Poma i ceba
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)

Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) **-1-8T-11T**

Amanida variada **-10T**
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

FESTA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
6	7	8	9	10
603 Kcal 27 Gr 28 Prot 57 HC	728 Kcal 27 Gr 18 Prot 93 HC	788 Kcal 29 Gr 17 Prot 94 HC	665 Kcal 33 Gr 24 Prot 65 HC	591 Kcal 21 Gr 27 Prot 62 HC
Trinxat de col i patata (col, patata i all) -10T Estofat de gall dindi a la jardineria (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga) Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Lluç amb arrebossat casolà -3-4 Xampinyons a l'allet Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Crema de carabassa ecològica Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums -1-10-13 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Coliflor amb patata al vapor Aletes de pollastre a la barbacoa -1 Rodanxes de carabassó al forn Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot) Ous durs gratinats amb beixamel vegetal (s/formatge) 3-8 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
13	14	15	16	17
726 Kcal 27 Gr 27 Prot 85 HC	744 Kcal 31 Gr 31 Prot 82 HC	695 Kcal 27 Gr 19 Prot 88 HC	615 Kcal 32 Gr 24 Prot 51 HC	777 Kcal 29 Gr 19 Prot 104 HC
Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Truita francesa -3 Amanida variada -10T 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 -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) -10 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Crema de porro ecològic i carabassó -10 Botifarra de porc al forn -13 Seques eco a l'allet Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Espirals amb orenga -1-8T-11T Fajites amb cigrons i verdures saltades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) -1-8T-11T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
20	21	22	23	24
726 Kcal 27 Gr 27 Prot 85 HC	634 Kcal 35 Gr 12 Prot 49 HC	720 Kcal 27 Gr 12 Prot 102 HC	829 Kcal 36 Gr 25 Prot 95 HC	758 Kcal 28 Gr 27 Prot 95 HC
Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Truita francesa -3 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Bròquil amb seques eco a l'allet -10T Remanat d'ou -3 Xampinyons a l'allet Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Crema de porro ecològic (porro i patata) Arròs eco a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga) Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Sopa de verdures amb pasta de lletres (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1-10 Pollastre arrebossat Verdures al forn Pa sense al·lèrgens Fruita del temps i galetes dibus -8	Llenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
27	28	29	30	
781 Kcal 27 Gr 19 Prot 111 HC	807 Kcal 33 Gr 23 Prot 100 HC	678 Kcal 25 Gr 20 Prot 85 HC	613 Kcal 26 Gr 18 Prot 73 HC	
Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Pollastre al forn Poma i ceba Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T Amanida variada -10T 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	

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

6

715 Kcal 27 Gr 18 Prot 93 HC

7

787 Kcal 29 Gr 17 Prot 94 HC

8

522 Kcal 28 Gr 12 Prot 53 HC

9

624 Kcal 28 Gr 36 Prot 48 HC

10

FESTA

Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) **-1-8**
Lluç amb arrebossat casolà s/ou **-4-5T-6T**

Xampinyons a l'allet **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

519 Kcal 26 Gr 8 Prot 56 HC

13

Trinxat de col i patata (col, patata i all) **-10T**

Estofat de gall dindi a la jardineria (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

780 Kcal 32 Gr 30 Prot 86 HC

20

Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) **-1-8-11T**

Pollastre al forn **-10T**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

783 Kcal 27 Gr 19 Prot 112 HC

27

Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor

Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pastanaga) **-1-10T**
Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

DIMARTS

Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) **-1-8**
Lluç amb arrebossat casolà s/ou **-4-5T-6T**

Xampinyons a l'allet **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

774 Kcal 34 Gr 26 Prot 87 HC

14

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

Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) **-1-8T-11T**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Iogurt natural **-2**

442 Kcal 32 Gr 25 Prot 50 HC

21

Bròquil amb seques eco a l'allet **-10T**

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

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

807 Kcal 33 Gr 23 Prot 100 HC

28

Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) **-10T**

Pollastre al forn **-10T**

Poma i ceba
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

DIMECRES

Crema de carbassa ecològica **-10**
Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums **-1-10T-13**
Amanida variada **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

695 Kcal 27 Gr 19 Prot 88 HC

15

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

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

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

720 Kcal 27 Gr 12 Prot 102 HC

22

Crema de porro ecològic (porro i patata)

Arròs eco a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-10T**
Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

678 Kcal 25 Gr 20 Prot 85 HC

29

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

Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) **-1-8T-11T**
Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

1

8

15

22

29

DIJOUS

Coliflor amb patata al vapor
Aletes de pollastre a la barbacoa **-1**
Rodanxa de carbassó a la pizza (carbassó, tomàquet, formatge, orenga) **-2-10T**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

564 Kcal 27 Gr 21 Prot 52 HC

16

Crema de porro ecològic i carbassó **-10**

Botifarra de porc al forn **-13**

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

875 Kcal 42 Gr 34 Prot 86 HC

23

Sopa de verdures amb pasta de lletres (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) **-1-10**

Pollastre arrebossat

Hortalisses gratinades **-2-10T**
Pa sense al·lèrgens
Iogurt natural i galetes dibus **-2-3**

587 Kcal 24 Gr 16 Prot 74 HC

30

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

Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

2

9

16

23

30

DIVENDRES

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Daus de gall dindi al forn

Amanida variada **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Iogurt natural **-2**

814 Kcal 32 Gr 21 Prot 104 HC

17

Espirals amb orenga i formatge ratllat **-1-2-8T-11T**

Fajites amb cigrons i verdures saltades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-1-8T-10T-11T**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

758 Kcal 28 Gr 27 Prot 95 HC

24

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

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

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

FESTA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

6

783 Kcal 31 Gr 25 Prot 93 HC

7

787 Kcal 29 Gr 17 Prot 94 HC

8

522 Kcal 28 Gr 12 Prot 53 HC

9

676 Kcal 31 Gr 37 Prot 51 HC

10

FESTA

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

Xampinyons a l'allet **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

519 Kcal 26 Gr 8 Prot 56 HC

13

Trinxat de col i patata (col, patata i all) **-10T**

Estofat de gall dindi a la jardineria (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

726 Kcal 27 Gr 27 Prot 85 HC

20

Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) **-1-8-11T**

Truita francesa **-3**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

783 Kcal 27 Gr 19 Prot 112 HC

27

Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor

Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) **-1-10T**
Amanida variada **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

756 Kcal 35 Gr 35 Prot 71 HC

14

Lenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) **-1T-10T**
Truita de patates i ceba **-3**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Iogurt natural **-2**

442 Kcal 32 Gr 25 Prot 50 HC

21

Bròquil amb seques eco a l'allet **-10T**

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

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

807 Kcal 33 Gr 23 Prot 100 HC

28

Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) **-10T**

Pollastre al forn **-10T**

Poma i ceba
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Crema de carabassa ecològica **-10**
Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums **-1-10T-13**
Amanida variada **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

767 Kcal 33 Gr 23 Prot 89 HC

15

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

Pollastre al forn **-10T**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

720 Kcal 27 Gr 12 Prot 102 HC

22

Crema de porro ecològic (porro i patata)

Arròs eco a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-10T**
Amanida variada **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

670 Kcal 27 Gr 23 Prot 74 HC

29

Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) **-10T**
Hamburguesa de coliflor amb formatge **-1-2-3-12**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

1

2

3

8

9

10

15

16

17

22

23

24

29

30

Coliflor amb patata al vapor

Aletes de pollastre a la barbacoa **-1**

Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge, orenga) **-2-10T**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

564 Kcal 27 Gr 21 Prot 52 HC

16

Crema de porro ecològic i carabassó **-10**

Botifarra de porc al forn **-13**

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

782 Kcal 37 Gr 23 Prot 73 HC

23

Sopa de verdures amb pasta de lletres (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) **-1-10**
Llibret de gall dindi al forn **-1T-2-3T-8T**

Hortalisses gratinades **-2-10T**
Pa sense al·lèrgens
Pastís de Sant Jordi **-1-2-3-7T-8-9T-11T-13T**

616 Kcal 26 Gr 18 Prot 74 HC

30

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

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Ous durs gratinats amb beixamel vegetal **-2-3-8**

Amanida variada **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Iogurt natural **-2**

780 Kcal 33 Gr 18 Prot 94 HC

17

Espirals integrals eco amb salsa de pesto **-1-2-3-7T-8T-9-10T-11T**

Fajites amb cigrons i verdures saltades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-1-8T-10T-11T**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

860 Kcal 30 Gr 21 Prot 121 HC

24

Lenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot) **-1T**

Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) **-1-8T-11T**
Amanida variada **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

FESTA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

6

783 Kcal 31 Gr 25 Prot 93 HC

7

787 Kcal 29 Gr 17 Prot 94 HC

8

522 Kcal 28 Gr 12 Prot 53 HC

9

676 Kcal 31 Gr 37 Prot 51 HC

10

FESTA

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

Xampinyons a l'allet **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

519 Kcal 26 Gr 8 Prot 56 HC

13

Trinxat de col i patata (col, patata i all) **-10T**

Estofat de gall dindi a la jardineria (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

726 Kcal 27 Gr 27 Prot 85 HC

20

Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) **-1-8-11T**

Truita francesa **-3**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

783 Kcal 27 Gr 19 Prot 112 HC

27

Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor

Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) **-1-10T**
Amanida variada **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

756 Kcal 35 Gr 35 Prot 71 HC

14

Lenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) **-1T-10T**
Truita de patates i ceba **-3**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Iogurt natural **-2**

442 Kcal 32 Gr 25 Prot 50 HC

21

Bròquil amb seques eco a l'allet **-10T**

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

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

807 Kcal 33 Gr 23 Prot 100 HC

28

Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) **-10T**

Pollastre al forn **-10T**

Poma i ceba
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Crema de carabassa ecològica **-10**
Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums **-1-10T-13**
Amanida variada **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

767 Kcal 33 Gr 23 Prot 89 HC

15

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

Pollastre al forn **-10T**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

720 Kcal 27 Gr 12 Prot 102 HC

22

Crema de porro ecològic (porro i patata)

Arròs eco a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-10T**
Amanida variada **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

670 Kcal 27 Gr 23 Prot 74 HC

29

Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) **-10T**
Hamburguesa de coliflor amb formatge **-1-2-3-12**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

1

2

3

8

9

10

15

16

17

22

23

24

29

30

Coliflor amb patata al vapor

Aletes de pollastre a la barbacoa **-1**

Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge, orenga) **-2-10T**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

564 Kcal 27 Gr 21 Prot 52 HC

16

Crema de porro ecològic i carabassó **-10**

Botifarra de porc al forn **-13**

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

782 Kcal 37 Gr 23 Prot 73 HC

23

Sopa de verdures amb pasta de lletres (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) **-1-10**
Llibret de gall dindi al forn **-1T-2-3T-8T**

Hortalisses gratinades **-2-10T**
Pa sense al·lèrgens
Pastís de Sant Jordi **-1-2-3-7T-8-9T-11T-13T**

616 Kcal 26 Gr 18 Prot 74 HC

30

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

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Ous durs gratinats amb beixamel vegetal **-2-3-8**

Amanida variada **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Iogurt natural **-2**

780 Kcal 33 Gr 18 Prot 94 HC

17

Espirals integrals eco amb salsa de pesto **-1-2-3-7T-8T-9-10T-11T**

Fajites amb cigrons i verdures saltades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-1-8T-10T-11T**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

860 Kcal 30 Gr 21 Prot 121 HC

24

Lenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot) **-1T**

Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) **-1-8T-11T**
Amanida variada **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

FESTA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

6

783 Kcal 31 Gr 25 Prot 93 HC

7

788 Kcal 29 Gr 17 Prot 94 HC

8

704 Kcal 34 Gr 29 Prot 66 HC

9

675 Kcal 31 Gr 37 Prot 51 HC

10

FESTA

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

Xampinyons a l'allet

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

603 Kcal 27 Gr 28 Prot 57 HC

13

755 Kcal 35 Gr 35 Prot 71 HC

14

Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Truita de patates i ceba **-3**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Iogurt natural **-2**

442 Kcal 32 Gr 25 Prot 50 HC

21

767 Kcal 33 Gr 23 Prot 89 HC

15

Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) **-10**
Pollastre al forn

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

720 Kcal 27 Gr 12 Prot 102 HC

22

615 Kcal 32 Gr 24 Prot 51 HC

16

Crema de porro ecològic i carabassó **-10**

Botifarra de porc al forn **-13**

Seques eco a l'allet
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

762 Kcal 36 Gr 23 Prot 83 HC

23

780 Kcal 33 Gr 18 Prot 94 HC

17

Espirals integrals eco amb salsa de pesto **-1-2-3-7T-8T-9-10T-11T**

Fajites amb cigrons i verdures saltades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-1-8T-11T**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

860 Kcal 30 Gr 21 Prot 121 HC

24

Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) **-1-8**

Truita francesa **-3**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

781 Kcal 27 Gr 19 Prot 111 HC

27

Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor

Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) **-1**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Bròquil amb seques eco a l'allet **-10T**

Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets)

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

807 Kcal 33 Gr 23 Prot 100 HC

28

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

Poma i ceba
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Crema de porro ecològic (porro i patata)

Arròs eco a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga)

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

670 Kcal 27 Gr 23 Prot 74 HC

29

Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Hamburguesa de coliflor amb formatge **-1-2-3-12**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Sopa de verdures amb pasta de lletres (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) **-1-10**

Llibret de gall dindi al forn **-1-2-3T-8T**

Hortalisses gratinades **-2**
Pa sense al·lèrgens
Pastís de Sant Jordi **1-2-3-7T-8-9T-11T-13T**

613 Kcal 26 Gr 18 Prot 73 HC

30

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

FESTA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

6

788 Kcal 33 Gr 16 Prot 101 HC

7

695 Kcal 34 Gr 17 Prot 65 HC

8

567 Kcal 29 Gr 21 Prot 55 HC

9

574 Kcal 22 Gr 25 Prot 61 HC

10

FESTA

Arròs eco amb verdures (pèsols, ceba, pastanaga i carbassó)
Lluç amb arrebossat casolà **-3-4**

Xampinyons a l'allet
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

Crema de carabassa ecològica

Pollastre al forn

Macarrons s/gluten amb orenga **-8T**
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

Coliflor amb patata al vapor

Aletes de pollastre al forn

Rodanxes de carbassó al forn
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Ous durs gratinats amb beixamel vegetal (s/formatge) **3-8**

Amanida variada **-10T**
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

586 Kcal 28 Gr 25 Prot 56 HC

13

690 Kcal 32 Gr 26 Prot 74 HC

14

678 Kcal 29 Gr 17 Prot 87 HC

15

598 Kcal 33 Gr 21 Prot 50 HC

16

726 Kcal 17 Gr 18 Prot 124 HC

17

Trinxat de col i patata (col, patata i all) **-10T**
Estofat de gall dindi a la jardineria (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Amanida variada **-10T**
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

Lenties s/gluten estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Trita de patates i ceba **-3**

Amanida variada **-10T**
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) **-10**
Peix fresc s/mercat **-4-5T-6T**

Amanida variada **-10T**
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

Crema de porro ecològic i carbassó **-10**

Botifarra de porc al forn **-13**

Seques eco a l'allet
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

Espirals s/gluten amb orenga **-8T**

Cigrons eco saltats amb verdures (tomàquet, ceba, all i pastanaga)
Amanida variada **-10T**
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

773 Kcal 34 Gr 21 Prot 93 HC

20

576 Kcal 31 Gr 9 Prot 51 HC

21

703 Kcal 28 Gr 9 Prot 101 HC

22

830 Kcal 38 Gr 21 Prot 99 HC

23

693 Kcal 24 Gr 24 Prot 94 HC

24

Espaguetis s/gluten amb carbonara (bacó i beguda vegetal) **-8**

Trita francesa **-3**

Amanida variada **-10T**
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

Bròquil amb seques eco a l'allet **-10T**

Remanat d'ou **-3**

Amanida variada **-10T**
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

Crema de porro ecològic (porro i patata)

Arròs eco a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga)

Amanida variada **-10T**
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

Sopa de verdures amb pasta s/gluten (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) **-10-14**

Pollastre arrebossat s/gluten

Verdures al forn
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps i galetes dibus **-8**

Lenties eco (s/gluten) amb verdures i arròs eco (ceba, all, tomàquet i pebrot)

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

Amanida variada **-10T**
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

730 Kcal 24 Gr 14 Prot 111 HC

27

790 Kcal 34 Gr 20 Prot 99 HC

28

589 Kcal 25 Gr 27 Prot 58 HC

29

596 Kcal 27 Gr 16 Prot 72 HC

30

Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor
Fideuada s/gluten amb verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pastanaga) **-8T**
Amanida variada **-10T**
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

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

Poma i ceba
Pa s/gluten **3**
Fruita del temps

Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Filet de lluç al forn **-4**

Amanida variada **-10T**
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

FESTA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

6

715 Kcal 27 Gr 18 Prot 93 HC

7

788 Kcal 29 Gr 17 Prot 94 HC

8

665 Kcal 33 Gr 24 Prot 65 HC

9

491 Kcal 17 Gr 16 Prot 58 HC

10

FESTA

Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) **-1-8**
Lluç amb arrebossat casolà s/ou **-4**

Xampinyons a l'allet
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Crema de carabassa ecològica
Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums **-1-10-13**
Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Coliflor amb patata al vapor
Aletes de pollastre a la barbacoa **-1**
Rodanxes de carabassó al forn
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Daus de gall dindi al forn
Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

603 Kcal 27 Gr 28 Prot 57 HC

13

762 Kcal 30 Gr 21 Prot 98 HC

14

695 Kcal 27 Gr 19 Prot 88 HC

15

615 Kcal 32 Gr 24 Prot 51 HC

16

777 Kcal 29 Gr 19 Prot 104 HC

17

Trinxat de col i patata (col, patata i all) **-10T**
Estofat de gall dindi a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) **-1-8T-11T**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) **-10**
Peix fresc s/mercat **-4-5T-6T**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Crema de porro ecològic i carabassó **-10**
Botifarra de porc al forn **-13**

Seques eco a l'allet
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Espirals amb orenga **-1-8T-11T**
Fajites amb cigrons i verdures saltades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-1-8T-11T**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

780 Kcal 32 Gr 30 Prot 86 HC

20

585 Kcal 29 Gr 26 Prot 51 HC

21

720 Kcal 27 Gr 12 Prot 102 HC

22

829 Kcal 36 Gr 25 Prot 95 HC

23

758 Kcal 28 Gr 27 Prot 95 HC

24

Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) **-1-8**

Pollastre al forn

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Bròquil amb seques eco a l'allet **-10T**

Filet de lluç al forn **-4**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Crema de porro ecològic (porro i patata)

Arròs eco a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga)

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Sopa de verdures amb pasta de lletres (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) **-1-10**

Pollastre arrebossat

Verdures al forn
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps i galetes dibus **-8**

Llenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot)

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

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

781 Kcal 27 Gr 19 Prot 111 HC

27

807 Kcal 33 Gr 23 Prot 100 HC

28

678 Kcal 25 Gr 20 Prot 85 HC

29

584 Kcal 24 Gr 16 Prot 73 HC

30

Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor
Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) **-1**
Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

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

Poma i ceba
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) **-1-8T-11T**
Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Crema de verdures de temporada ecològiques **-10**
Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet)

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

FESTA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

6

794 Kcal 32 Gr 18 Prot 100 HC

7

788 Kcal 29 Gr 17 Prot 94 HC

8

732 Kcal 31 Gr 18 Prot 91 HC

9

675 Kcal 31 Gr 37 Prot 51 HC

10

FESTA

Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) **-1-8**
Filet de lluç arrebossat al forn **-1T-2T-3T-4-5T-6T-8T-13T**
Xampinyons a l'allet

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

755 Kcal 35 Gr 35 Prot 71 HC

14

Crema de carabassa ecològica
Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums **-1-10-13**
Amanida variada **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

695 Kcal 27 Gr 19 Prot 88 HC

15

Coliflor amb patata al vapor
Varettes de verdures al forn a la barbacoa **-1-8T-11T**
Rodanxa de carbassó a la pizza (carbassó, tomàquet, formatge, orenga) **-2**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

610 Kcal 27 Gr 18 Prot 66 HC

16

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot) **-2-3-8**
Ous durs gratinats amb beixamel vegetal **-2-3-8**
Amanida variada **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Iogurt natural **-2**

814 Kcal 32 Gr 21 Prot 104 HC

17

Trinxat de col i patata (col, patata i all) **-10T**
Mandonguilles de lluç a la jardineria (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga) **-1-2T-3T-4-5T-6**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

730 Kcal 29 Gr 25 Prot 85 HC

20

Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Truita de patates i ceba **-3**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Iogurt natural **-2**

634 Kcal 35 Gr 12 Prot 49 HC

21

Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) **-10**
Peix fresc s/mercat **-4-5T-6T**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

720 Kcal 27 Gr 12 Prot 102 HC

22

Crema de porro ecològic i carbassó **-10**
Hamburguesa de coliflor amb formatge **-1-2-3-12**

Seques eco a l'allet
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

873 Kcal 43 Gr 28 Prot 89 HC

23

Espirals amb orenga i formatge ratllat **-1-2**
Fajites amb cigrons i verdures saltades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-1-8T-11T**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

758 Kcal 28 Gr 27 Prot 95 HC

24

Espaguetis integrals ecològics amb beixamel vegetal **-1-8**

Truita francesa **-3**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

781 Kcal 27 Gr 19 Prot 111 HC

27

Bròquil amb seques eco a l'allet **-10T**

Remanat d'ou **-3**

Xampinyons a l'allet
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

751 Kcal 27 Gr 23 Prot 98 HC

28

Crema de porro ecològic (porro i patata)

Arròs eco a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga)

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

670 Kcal 27 Gr 23 Prot 74 HC

29

Sopa de verdures amb pasta de lletres (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) **-1-10**
Filet de lluç arrebossat al forn **-1T-2T-3T-4-5T-6T-8T-13T**
Hortalisses gratinades **-2**

Pa sense al·lèrgens
Iogurt natural i galetes dibus **-2-8**

613 Kcal 26 Gr 18 Prot 73 HC

30

Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor
Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carbassó i pastanaga) **-1**
Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet)
Bacallà al forn **-4**

Poma i ceba
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Hamburguesa de coliflor amb formatge **-1-2-3-12**
Amanida variada **-10T**

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

FESTA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
6	7	8	9	10
715 Kcal 27 Gr 18 Prot 93 HC	788 Kcal 29 Gr 17 Prot 94 HC	732 Kcal 31 Gr 18 Prot 91 HC	571 Kcal 22 Gr 37 Prot 48 HC	
Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Lluç amb arrebossat casolà s/ou -4	Crema de carabassa ecològica Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums -1-10-13 Amanida variada -10T	Coliflor amb patata al vapor Varetes de verdures al forn a la barbacoa -1-8T-11T Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge, orenga) -2	Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot) Rap al forn -4 Amanida variada -10T	
Xampinyons a l'allet Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	
573 Kcal 28 Gr 21 Prot 53 HC	773 Kcal 34 Gr 26 Prot 87 HC	695 Kcal 27 Gr 19 Prot 88 HC	543 Kcal 22 Gr 27 Prot 51 HC	814 Kcal 32 Gr 21 Prot 104 HC
13	14	15	16	17
Trinxat de col i patata (col, patata i all) -10T Filet de lluç al forn -4 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Iogurt natural -2	Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) -10 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Crema de porro ecològic i carabassó -10 Rap al forn -4 Seques eco a l'allet Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Espirals amb orenga i formatge ratllat -1-2 Fajites amb cigrons i verdures saltades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) -1-8T-11T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
739 Kcal 27 Gr 31 Prot 84 HC	698 Kcal 34 Gr 16 Prot 75 HC	720 Kcal 27 Gr 12 Prot 102 HC	795 Kcal 37 Gr 28 Prot 82 HC	758 Kcal 28 Gr 27 Prot 95 HC
20	21	22	23	24
Espaguetis integrals ecològics amb beixamel vegetal -1-8 Rap al forn -4 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Bròquil amb seques eco a l'allet -10T Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T Xampinyons a l'allet Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Crema de porro ecològic (porro i patata) Arròs eco a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga) Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Sopa de verdures amb pasta de lletres (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) -1-10 Lluç amb arrebossat casolà s/ou -4 Hortalisses gratinades -2 Pa sense al·lèrgens Iogurt natural i galetes dibus -2-8	Llenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
781 Kcal 27 Gr 19 Prot 111 HC	751 Kcal 27 Gr 23 Prot 98 HC	678 Kcal 25 Gr 20 Prot 85 HC	584 Kcal 24 Gr 16 Prot 73 HC	30
27	28	29	30	
Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) -1 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) Bacallà al forn -4 Poma i ceba Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) **-1-8**
Filet de lluç arrebossat al forn **-1-2T-3T-4-5T-6-8T-13T**
Xampinyons a l'allet **-10T**

Crema de carabassa ecològica **-10**
Pollastre al forn **-10T**
Macarrons amb orenga **-1**

Coliflor amb patata al vapor
Aletes de pollastre a la barbacoa **-1**
Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge, orenga) **-2-10T**

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot) **-2-3-8**
Ous durs gratinats amb beixamel vegetal **-2-3-8**
Amanida variada **-10T**

519 Kcal 26 Gr 8 Prot 56 HC

779 Kcal 35 Gr 31 Prot 76 HC

695 Kcal 27 Gr 19 Prot 88 HC

564 Kcal 27 Gr 21 Prot 52 HC

780 Kcal 33 Gr 18 Prot 94 HC

Trinxat de col i patata (col, patata i all) **-10T**
Estofat de gall dindi a la jardineria (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)

Espaguetis amb verdures saltades **-1-8T-11T**
Truita de patates i ceba **-3**

Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) **-10**
Peix fresc s/mercat **-4-5T-6T**

Crema de porro ecològic i carabassó **-10**
Botifarra de porc al forn **-13**

Espirals integrals eco amb salsa de pesto **-1-2-3-7T-8T-9-10T-11T**
Fajites amb cigrons i verdures saltades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-1-8T-10T-11T**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Iogurt natural **-2**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

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

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

726 Kcal 27 Gr 27 Prot 85 HC

442 Kcal 32 Gr 25 Prot 50 HC

720 Kcal 27 Gr 12 Prot 102 HC

782 Kcal 37 Gr 23 Prot 73 HC

720 Kcal 27 Gr 19 Prot 95 HC

Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) **-1-8-11T**

Bròquil amb seques eco a l'allet **-10T**

Crema de porro ecològic (porro i patata)

Sopa de verdures amb pasta de lletres (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) **-1-10**

Arròs eco amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó) **-10T**

Truita francesa **-3**

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

Arròs eco a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-10T**
Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Llibret de gall dindi al forn **-1T-2-3T-8T**

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

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Hortalisses gratinades **-2-10T**
Pa sense al·lèrgens
Pastís de Sant Jordi **-1-2-3-7T-8-9T-11T-13T**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

783 Kcal 27 Gr 19 Prot 112 HC

807 Kcal 33 Gr 23 Prot 100 HC

670 Kcal 27 Gr 23 Prot 74 HC

616 Kcal 26 Gr 18 Prot 74 HC

Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor

Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) **-10T**

Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) **-10T**
Hamburguesa de coliflor amb formatge **-1-2-3-12**

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

Pollastre al forn **-10T**

Amanida variada **-10T**
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

FESTA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

6

794 Kcal 32 Gr 18 Prot 100 HC

7

788 Kcal 29 Gr 17 Prot 94 HC

8

704 Kcal 34 Gr 29 Prot 66 HC

9

675 Kcal 31 Gr 37 Prot 51 HC

10

FESTA

Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) **-1-8**
Filet de lluç arrebossat al pebrot **-1T-2T-3T-4-5T-6T-8T-13T**
Xampinyons a l'allet

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

755 Kcal 35 Gr 35 Prot 71 HC

14

Crema de carabassa ecològica
Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums **-1-10-13**
Amanida variada **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

695 Kcal 27 Gr 19 Prot 88 HC

15

Coliflor amb patata al vapor
Aletes de pollastre a la barbacoa **-1**
Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge, orenga) **-2**

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

615 Kcal 32 Gr 24 Prot 51 HC

16

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Ous durs gratinats amb beixamel vegetal **-2-3-8**
Amanida variada **-10T**

Pa sense al·lèrgens
Iogurt natural **-2**

727 Kcal 32 Gr 19 Prot 82 HC

17

603 Kcal 27 Gr 28 Prot 57 HC

13

Trinxat de col i patata (col, patata i all) **-10T**
Estofat de gall dindi a la jardineria (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

726 Kcal 27 Gr 27 Prot 85 HC

20

Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) **-1-8**

Truita francesa **-3**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

781 Kcal 27 Gr 19 Prot 111 HC

27

Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor
Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) **-1**

Amanida variada **-10T**
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 **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Iogurt natural **-2**

442 Kcal 32 Gr 25 Prot 50 HC

21

Bròquil amb seques eco a l'allet **-10T**

Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets)

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

807 Kcal 33 Gr 23 Prot 100 HC

28

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

Poma i ceba
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) **-10**
Peix fresc s/mercat **-4-5T-6T**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

720 Kcal 27 Gr 12 Prot 102 HC

22

Crema de porro ecològic (porro i patata)

Arròs eco a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga)

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

670 Kcal 27 Gr 23 Prot 74 HC

29

Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Hamburguesa de coliflor amb formatge **-1-2-3-12**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Crema de porro ecològic i carabassó **-10**
Botifarra de porc al forn **-13**

Seques eco a l'allet
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

762 Kcal 36 Gr 23 Prot 83 HC

23

Sopa de verdures amb pasta de lletres (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) **-1-10**

Llibret de gall dindi al forn **-1-2-3T-8T**

Hortalisses gratinades **-2**
Pa sense al·lèrgens
Pastís de Sant Jordi **1-2-3-7T-8-9T-11T-13T**

524 Kcal 28 Gr 20 Prot 44 HC

30

Crema de verdures de temporada ecològiques **-10**
Filet de lluç al forn **-4**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Espirals integrals eco amb salsa de pesto **-1-2-3-7T-8T-9-10T-11T**
Fajites amb pollastre i verdures saltades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-1-8T-11T**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

758 Kcal 28 Gr 27 Prot 95 HC

24

Llenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot)

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

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

FESTA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

6

732 Kcal 27 Gr 18 Prot 95 HC

7

709 Kcal 33 Gr 22 Prot 61 HC

8

624 Kcal 29 Gr 29 Prot 57 HC

9

614 Kcal 38 Gr 12 Prot 39 HC

10

FESTA

Arròs amb pastanaga i ceba

Lluç amb arrebossat casolà **-3-4**
Xampinyons a l'allet

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

13

603 Kcal 27 Gr 28 Prot 57 HC

14

778 Kcal 35 Gr 31 Prot 76 HC

15

695 Kcal 27 Gr 19 Prot 88 HC

16

559 Kcal 32 Gr 20 Prot 44 HC

17

815 Kcal 37 Gr 30 Prot 87 HC

Trinxat de col i patata (col, patata i all) **-10T**
Estofat de gall dindi a la jardineria (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Espaguetis amb verdures saltades **-1**
Truita de patates i ceba **-3**
Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Iogurt natural **-2**

Crema de carabassa ecològica
Pollastre al forn
Macarrons amb orenga **-1**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps
Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) **-10**
Peix fresc s/mercat **-4-5T-6T**
Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Coliflor amb patata al vapor
Aletes de pollastre al forn
Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge, orenga) **-2**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps
Crema de porro ecològic i carabassó **-10**
Botifarra de porc al forn **-13**
Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Patates estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Ous durs amb oli i sal **-3**
Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Iogurt natural **-2**
Espirals amb orenga i formatge ratllat **-1-2**
Pollastre al forn
Verdures saltades
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

646 Kcal 24 Gr 23 Prot 76 HC

20

461 Kcal 32 Gr 23 Prot 59 HC

21

746 Kcal 28 Gr 18 Prot 101 HC

22

692 Kcal 34 Gr 32 Prot 59 HC

23

717 Kcal 27 Gr 20 Prot 94 HC

24

Espaguetis amb orenga **-1**

Bròquil amb patata al vapor **-10T**

Crema de porro ecològic (porro i patata)

Sopa de verdures amb pasta de lletres (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) **-1-10**

Arròs eco amb verdures (ceba, pastanaga i carabassó)

Truita francesa **-3**

Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets)

Arròs eco a la camperola amb pollastre (tomàquet, ceba, all i pastanaga)

Pit de gall dindi amb arrebossat casolà s/gluten **-3**

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

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Hortalisses gratinades **-2**
Pa sense al·lèrgens
Iogurt natural **-2**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

800 Kcal 27 Gr 18 Prot 118 HC

27

807 Kcal 33 Gr 23 Prot 100 HC

28

614 Kcal 32 Gr 14 Prot 64 HC

29

524 Kcal 28 Gr 20 Prot 44 HC

30

Pastanaga amb patata al vapor

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

Patates estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Hamburguesa de coliflor amb formatge **-1-2-3-12**

Crema de verdures de temporada ecològiques **-10**
Filet de lluç al forn **-4**

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Poma i ceba
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

Amanida variada **-10T**
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

FESTA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

6

812 Kcal 32 Gr 18 Prot 105 HC

7

806 Kcal 29 Gr 17 Prot 98 HC

8

541 Kcal 28 Gr 12 Prot 57 HC

9

676 Kcal 31 Gr 37 Prot 51 HC

10

FESTA

Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) **-1-8**
Filet de lluç arrebossat al forn **-1-2T-3T-4-5T-6-8T-13T**
Xampinyons a l'allet **-10T**

Crema de carabassa ecològica **-10**
Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums **-1-10T-13**
Amanida variada **-10T**

Coliflor amb patata al vapor
Aletes de pollastre a la barbacoa **-1**
Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge, orenga) **-2-10T**

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot) **-2-3-8**
Ous durs gratinats amb beixamel vegetal **-2-3-8**
Amanida variada **-10T**

-Pa integral-
Fruita del temps*

-Pa integral-
Fruita del temps*

-Pa integral-
Fruita del temps*

-Pa integral-
Iogurt natural **-2**

538 Kcal 26 Gr 8 Prot 61 HC

13

756 Kcal 35 Gr 35 Prot 71 HC

14

714 Kcal 28 Gr 19 Prot 92 HC

15

583 Kcal 27 Gr 21 Prot 56 HC

16

799 Kcal 33 Gr 19 Prot 99 HC

17

Trinxat de col i patata (col, patata i all) **-10T**

Lenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) **-1T-10T**
Truita de patates i ceba **-3**

Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) **-10**
Peix fresc s/mercat **-4-5T-6T**

Crema de porro ecològic i carabassó **-10**
Botifarra de porc al forn **-13**

Espirals integrals eco amb salsa de pesto **-1-2-3-7T-8T-9-10T-11T**

Estofat de gall dindi a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Iogurt natural **-2**

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps*

Seques eco a l'allet **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps*

Fajites amb cigrons i verdures saltades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-1-8T-10T-11T**
Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps*

745 Kcal 27 Gr 27 Prot 90 HC

20

461 Kcal 32 Gr 25 Prot 54 HC

21

739 Kcal 27 Gr 12 Prot 107 HC

22

782 Kcal 37 Gr 23 Prot 73 HC

23

777 Kcal 28 Gr 27 Prot 100 HC

24

Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) **-1-8-11T**

Bròquil amb seques eco a l'allet **-10T**
Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets) **-10T**

Crema de porro ecològic (porro i patata)
Arròs eco a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-10T**
Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps*

Sopa de verdures amb pasta de lletres (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) **-1-10**
Llibret de gall dindi al forn **-1T-2-3T-6T**
Hortalisses gratinades **-2-10T**
-Pa integral-
Pastís de Sant Jordi **-1-2-3-7T-8-9T-11T-13T**

Lenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot) **-1T**
Peix fresc s/mercat **-4-5T-6T**

Truita francesa **-3**

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps*

-Pa integral-
Fruita del temps*

802 Kcal 27 Gr 19 Prot 116 HC

27

826 Kcal 33 Gr 23 Prot 104 HC

28

689 Kcal 27 Gr 23 Prot 78 HC

29

635 Kcal 26 Gr 18 Prot 78 HC

30

Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor

Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) **-10T**

Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) **-10T**
Hamburguesa de coliflor amb formatge **-1-2-3-12**

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

Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) **-1-10T**
Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps*

Pollastre al forn **-10T**
Poma i ceba
-Pa integral-
Fruita del temps*

Amanida variada **-10T**
-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*

FESTA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

6

812 Kcal 32 Gr 18 Prot 105 HC

7

806 Kcal 29 Gr 17 Prot 99 HC

8

723 Kcal 35 Gr 29 Prot 70 HC

9

675 Kcal 31 Gr 37 Prot 51 HC

10

FESTA

Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) **-1-8**
Filet de lluç arrebossat al pebrot **-1T-2T-3T-4-5T-6T-8T-13T**
Xampinyons a l'allet

-Pa integral-
Fruita del temps*

755 Kcal 35 Gr 35 Prot 71 HC

14

Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Truita de patates i ceba **-3**

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Iogurt natural **-2**

461 Kcal 32 Gr 25 Prot 54 HC

21

Bròquil amb seques eco a l'allet **-10T**

Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets)

-Pa integral-
Fruita del temps*

826 Kcal 33 Gr 23 Prot 104 HC

28

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

Poma i ceba
-Pa integral-
Fruita del temps*

Crema de carabassa ecològica

Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums **-1-10-13**
Amanida variada **-10T**

-Pa integral-
Fruita del temps*

714 Kcal 28 Gr 19 Prot 92 HC

15

Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) **-10**
Peix fresc s/mercat **-4-5T-6T**

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps*

739 Kcal 27 Gr 12 Prot 107 HC

22

Crema de porro ecològic (porro i patata)

Arròs eco a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga)

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps*

689 Kcal 27 Gr 23 Prot 78 HC

29

Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Hamburguesa de coliflor amb formatge **-1-2-3-12**

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps*

1

2

3

8

9

10

Coliflor amb patata al vapor

Aletes de pollastre a la barbacoa **-1**

Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge, orenga) **-2**

-Pa integral-
Fruita del temps*

633 Kcal 32 Gr 24 Prot 55 HC

16

Crema de porro ecològic i carabassó **-10**

Botifarra de porc al forn **-13**

Seques eco a l'allet
-Pa integral-
Fruita del temps*

762 Kcal 36 Gr 23 Prot 83 HC

23

Sopa de verdures amb pasta de lletres (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) **-1-10**

Llibret de gall dindi al forn **-1-2-3T-8T**

Hortalisses gratinades **-2**
-Pa integral-
Pastís de Sant Jordi **1-2-3-7T-8-9T-11T-13T**

632 Kcal 26 Gr 18 Prot 77 HC

30

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*

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Ous durs gratinats amb beixamel vegetal **-2-3-8**

Amanida variada **-10T**

-Pa integral-
Iogurt natural **-2**

799 Kcal 33 Gr 19 Prot 99 HC

17

Espirals integrals eco amb salsa de pesto **-1-2-3-7T-8T-9-10T-11T**

Fajites amb cigrons i verdures saltades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-1-8T-11T**

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps*

777 Kcal 28 Gr 27 Prot 100 HC

24

Llenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot)

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

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps*

FESTA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

6

812 Kcal 32 Gr 18 Prot 105 HC

7

806 Kcal 29 Gr 17 Prot 98 HC

8

541 Kcal 28 Gr 12 Prot 57 HC

9

676 Kcal 31 Gr 37 Prot 51 HC

10

FESTA

Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) **-1-8**
Filet de lluç arrebossat al forn **-1-2T-3T-4-5T-6-8T-13T**
Xampinyons a l'allet **-10T**

Crema de carabassa ecològica **-10**
Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums **-1-10T-13**
Amanida variada **-10T**

Coliflor amb patata al vapor
Aletes de pollastre a la barbacoa **-1**
Rodanxa de carabassó a la pizza (carabassó, tomàquet, formatge, orenga) **-2-10T**

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot) **-2-3-8**
Ous durs gratinats amb beixamel vegetal **-2-3-8**
Amanida variada **-10T**

-Pa integral-
Fruita del temps*

-Pa integral-
Fruita del temps*

-Pa integral-
Fruita del temps*

-Pa integral-
Iogurt natural **-2**

538 Kcal 26 Gr 8 Prot 61 HC

13

756 Kcal 35 Gr 35 Prot 71 HC

14

714 Kcal 28 Gr 19 Prot 92 HC

15

583 Kcal 27 Gr 21 Prot 56 HC

16

799 Kcal 33 Gr 19 Prot 99 HC

17

Trinxat de col i patata (col, patata i all) **-10T**

Lenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot) **-1T-10T**
Truita de patates i ceba **-3**

Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) **-10**
Peix fresc s/mercat **-4-5T-6T**

Crema de porro ecològic i carabassó **-10**
Botifarra de porc al forn **-13**

Espirals integrals eco amb salsa de pesto **-1-2-3-7T-8T-9-10T-11T**

Estofat de gall dindi a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps*

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Iogurt natural **-2**

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps*

Seques eco a l'allet **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps*

Fajites amb cigrons i verdures saltades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-1-8T-10T-11T**
Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps*

745 Kcal 27 Gr 27 Prot 90 HC

20

461 Kcal 32 Gr 25 Prot 54 HC

21

739 Kcal 27 Gr 12 Prot 107 HC

22

782 Kcal 37 Gr 23 Prot 73 HC

23

777 Kcal 28 Gr 27 Prot 100 HC

24

Espaguetis integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) **-1-8-11T**

Truita francesa **-3**

Bròquil amb seques eco a l'allet **-10T**

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

Crema de porro ecològic (porro i patata)

Arròs eco a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-10T**
Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps*

Sopa de verdures amb pasta de lletres (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) **-1-10**
Llibret de gall dindi al forn **-1T-2-3T-8T**

Lenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot) **-1T**

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps*

-Pa integral-
Fruita del temps*

Hortalisses gratinades **-2-10T**
-Pa integral-
Pastís de Sant Jordi **-1-2-3-7T-8-9T-11T-13T**

Peix fresc s/mercat **-4-5T-6T**
Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps*

802 Kcal 27 Gr 19 Prot 116 HC

27

826 Kcal 33 Gr 23 Prot 104 HC

28

689 Kcal 27 Gr 23 Prot 78 HC

29

635 Kcal 26 Gr 18 Prot 78 HC

30

Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor

Arròs ecològic amb salsa de tomàquet (ceba, all, pastanaga i tomàquet) **-10T**

Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot) **-10T**
Hamburguesa de coliflor amb formatge **-1-2-3-12**

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

Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) **-1-10T**
Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps*

Pollastre al forn **-10T**

Poma i ceba
-Pa integral-
Fruita del temps*

Amanida variada **-10T**
-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*

FESTA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

FESTA

6

719 Kcal 28 Gr 24 Prot 84 HC

7

788 Kcal 29 Gr 17 Prot 94 HC

8

585 Kcal 28 Gr 24 Prot 56 HC

9

627 Kcal 29 Gr 21 Prot 48 HC

10

FESTA

Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) **-1-8**
Filet de lluç al forn **-4**

Xampinyons a l'allet
-Pa integral-
Fruita del temps

Crema de carabassa ecològica
Macarrons integrals eco amb bolonyesa de llegums **-1-10-13**
Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

Coliflor amb patata al vapor
Aletes de pollastre al forn
Rodanxes de carabassó al forn
-Pa integral-
Fruita del temps

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Ous durs amb oli i sal **-3**
Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Iogurt natural **-2**

501 Kcal 26 Gr 8 Prot 53 HC

13

690 Kcal 33 Gr 32 Prot 62 HC

14

695 Kcal 27 Gr 19 Prot 88 HC

15

615 Kcal 32 Gr 24 Prot 51 HC

16

777 Kcal 29 Gr 19 Prot 104 HC

17

Trinxat de col i patata (col, patata i all) **-10T**
Daus de gall dindi al forn

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

Llenties ecològiques estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Truita francesa **-3**

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Iogurt natural **-2**

Arròs ecològic amb samfaina (pebrot, albergínia, ceba, tomàquet) **-10**
Peix fresc s/mercat **-4-5T-6T**

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

Crema de porro ecològic i carabassó **-10**
Botifarra de porc al forn **-13**

Seques eco a l'allet
-Pa integral-
Fruita del temps

Espirals amb orenga **-1-8T-11T**

Fajites amb cigrons i verdures saltades (tomàquet, ceba, all i pastanaga) **-1-8T-11T**

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

289 Kcal 9 Gr 11 Prot 38 HC

20

179 Kcal 11 Gr 7 Prot 14 HC

21

154 Kcal 10 Gr 2 Prot 15 HC

22

218 Kcal 11 Gr 5 Prot 26 HC

23

382 Kcal 11 Gr 13 Prot 58 HC

24

Espaguetis integrals eco amb oli, orenga i formatge ratllat **-1-2**

Truita francesa **-3**

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

Bròquil amb seques eco a l'allet **-10T**

Fricandó de vedella ecològica (ceba, tomàquet, all i bolets)

-Pa integral-
Fruita del temps

Crema de porro ecològic (porro i patata)

Arròs eco a la camperola amb pèsols (tomàquet, ceba, all i pastanaga)

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

Sopa de verdures amb pasta de lletres (porro, nap, api, pastanaga, col i patata) **-1-10**

Daus de gall dindi al forn

Verdures al forn
-Pa integral-
Iogurt natural **-2**

Llenties ecològiques estofades amb arròs eco (ceba, all, pastanaga i pebrot)

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

Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

27

28

29

30

Pèsols ecològics amb pastanaga i patata al vapor
Fideuada ecològica amb verdures (ceba, tomàquet, carabassó i pastanaga) **-1**
Amanida variada **-10T**
-Pa integral-
Fruita del temps

Arròs amb oli i orenga

Pollastre al forn

Poma i ceba
-Pa integral-
Fruita del temps

Mongeta blanca ecològica amb sofregit de verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Filet de lluç al forn **-4**

Amanida variada **-10T**
-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

FESTA