



MENÚ CC BAGES Juny



DIETA:

Sense porc

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
685 Kcal 30 Gr 11 Prot 76 HC 1 Crema de porro ecològic i carbassó -10 Truita de patates i ceba amb llesca de pa de pagès (tomàquet opcional) -1-2T-3-9T-12T Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps	728 Kcal 34 Gr 28 Prot 74 HC 2 Amanida de cigrons (tomàquet, olives, blat de moro) Pollastre al forn Poma i ceba -Pa integral- Fruita del temps	666 Kcal 24 Gr 16 Prot 89 HC 3 Bledes amb patata vapor Espaguets integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 -Pa integral- Fruita del temps	658 Kcal 26 Gr 24 Prot 75 HC 4 Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T -Pa integral- logurt natural -2	680 Kcal 28 Gr 26 Prot 73 HC 5 Pèsols amb patata a l'allet -13 Pit de gall dindi amb arrebossat casolà -1-3-8T-11T Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps
646 Kcal 33 Gr 22 Prot 60 HC 8 	828 Kcal 36 Gr 25 Prot 97 HC 9 Amanida de cous cous i cigrons (tomàquet, ceba i cogombre) -1-8T-11T Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T Amanida variada -10T -Pa integral- logurt natural -2	527 Kcal 24 Gr 15 Prot 59 HC 10 Crema de porro ecològic i patata -10 Mandonguilles de lluç a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga) -1-2T-3T-4-5T-6 -Pa integral- Fruita del temps	607 Kcal 19 Gr 23 Prot 79 HC 11 Macarrons integrals amb salsa d'espínacs (espínacs, ceba i llet) -1-2 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T Pa integral- Fruita del temps	642 Kcal 29 Gr 26 Prot 59 HC 12 Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps
646 Kcal 33 Gr 22 Prot 60 HC 15 Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Pollastre al forn Espaguets amb orenga -1 -Pa integral- Fruita del temps	712 Kcal 33 Gr 28 Prot 71 HC 16 Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) Ous farcits (tonyina, olives i maionesa) 3-4-11T-13T Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps	755 Kcal 35 Gr 20 Prot 85 HC 17 Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, olives) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor -8 -Pa integral- Fruita del temps	737 Kcal 29 Gr 33 Prot 79 HC 18 Fesols eco amb patata al vapor Aletes de pollastre a la barbacoa -1 Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps	743 Kcal 32 Gr 29 Prot 80 HC 19 Amanida d'espínacs integrals tropical (enciam, pinya i formatge fresc) -1-2-8T-11T Hamburguesa de vedella al forn amb formatge i ceba caramelitzada -2 -Pa integral- Gelats -2-3T-7T-9T





MENÚ CC BAGES Juny



DIETA:

Sense carn

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
685 Kcal 30 Gr 11 Prot 76 HC 1 Crema de porro ecològic i carabassó -10 Truita de patates i ceba amb llesca de pa de pagès (tomàquet opcional) -1-2T-3-9T-12T Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps	672 Kcal 28 Gr 28 Prot 73 HC 2 Amanida de cigrons (tomàquet, olives, blat de moro) Bacallà al forn -4 Poma i ceba -Pa integral- Fruita del temps	666 Kcal 24 Gr 16 Prot 89 HC 3 Bledes amb patata vapor Espaguets integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 -Pa integral- Fruita del temps	658 Kcal 26 Gr 24 Prot 75 HC 4 Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T -Pa integral- logurt natural -2	676 Kcal 27 Gr 20 Prot 81 HC 5 Pèsols amb patata a l'allet -13 Filet de lluç arrebossat al forn -1T-2T-3T-4-5T-6T-8T-13T Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps
604 Kcal 28 Gr 22 Prot 59 HC 8 	828 Kcal 36 Gr 25 Prot 97 HC 9 Amanida de cous cous i cigrons (tomàquet, ceba i cogombre) -1-8T-11T Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T Amanida variada -10T -Pa integral- logurt natural -2	527 Kcal 24 Gr 15 Prot 59 HC 10 Crema de porro ecològic i patata -10 Mandonguilles de lluç a la jardineria (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga) -1-2T-3T-4-5T-6 -Pa integral- Fruita del temps	607 Kcal 19 Gr 23 Prot 79 HC 11 Macarrons integrals amb salsa d'espínacs (espínacs, ceba i llet) -1-2 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T Pa integral- Fruita del temps	642 Kcal 29 Gr 26 Prot 59 HC 12 Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps
604 Kcal 28 Gr 22 Prot 59 HC 15 Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Filet de lluç al forn -4 Espaguets amb orenga -1 -Pa integral- Fruita del temps	712 Kcal 33 Gr 28 Prot 71 HC 16 Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) Ous farcits (tonyina, olives i maionesa) 3-4-11T-13T Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps	755 Kcal 35 Gr 20 Prot 85 HC 17 Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, olives) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor -8 -Pa integral- Fruita del temps	698 Kcal 23 Gr 22 Prot 90 HC 18 Fesols eco amb patata al vapor Bunyols de bacallà al forn -1-2-3T-4-5T-8T-10T-11T-13T Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps	804 Kcal 29 Gr 32 Prot 86 HC 19 Amanida d'espírels integrals tropical (enciam, pinya i formatge fresc) -1-2-8T-11T Hamburguesa de peix al forn amb formatge i ceba caramelitzada -1-2-3T-4-5T-6T-8T-9T-13 -Pa integral- Gelats -2-3T-7T-9T





MENÚ CC BAGES Juny



DIETA:

Ovolacteovegetariana

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
685 Kcal 30 Gr 11 Prot 76 HC 1 Crema de porro ecològic i carbassó -10 Truita de patates i ceba amb llesca de pa de pagès (tomàquet opcional) -1-2T-3-9T-12T Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps	750 Kcal 33 Gr 22 Prot 88 HC 2 Amanida de cigrons (tomàquet, olives, blat de moro) Hamburguesa de colifor amb formatge -1-2-3-12 Poma i ceba -Pa integral- Fruita del temps	666 Kcal 24 Gr 16 Prot 89 HC 3 Bledes amb patata vapor Espaguets integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 -Pa integral- Fruita del temps	677 Kcal 28 Gr 25 Prot 76 HC 4 Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita francesa -3 Amanida variada -10T -Pa integral- logurt natural -2	719 Kcal 29 Gr 16 Prot 91 HC 5 Pèsols amb patata a l'allet -13 Varettes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps
676 Kcal 29 Gr 12 Prot 85 HC 8 	828 Kcal 36 Gr 25 Prot 97 HC 9 Amanida de cous cous i cigrons (tomàquet, ceba i cogombre) -1-8T-11T Varettes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T Amanida variada -10T -Pa integral- logurt natural -2	560 Kcal 27 Gr 12 Prot 60 HC 10 Crema de porro ecològic i patata -10 Pèsols a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga) -10T -Pa integral- Fruita del temps	766 Kcal 18 Gr 29 Prot 106 HC 11 Macarrons integrals amb salsa d'espínacs (espínacs, ceba i llet) -1-2 Pèsols a l'allet -13 Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps	642 Kcal 29 Gr 26 Prot 59 HC 12 Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps
676 Kcal 29 Gr 12 Prot 85 HC 15 Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Varettes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T Espaguets amb orenga -1 -Pa integral- Fruita del temps	663 Kcal 29 Gr 24 Prot 72 HC 16 Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) Ous farcits (tomàquet, olives i maionesa) -3-11T-13T Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps	774 Kcal 36 Gr 21 Prot 86 HC 17 Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, olives) Truita francesa -3 Edamame al vapor -8 -Pa integral- Fruita del temps	838 Kcal 22 Gr 23 Prot 127 HC 18 Fesols eco amb patata al vapor Arròs eco amb verdures (ceba, pastanaga i carbassó) Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps	843 Kcal 37 Gr 22 Prot 97 HC 19 Amanida d'espínacs integrals tropical (enciam, pinya i formatge fresc) -1-2-8T-11T Hamburguesa de colifor amb formatge -1-2-3-12 Ceba caramelitzada -Pa integral- Gelats -2-3T-7T-9T





MENÚ CC BAGES Juny



DIETA:

Baixa en greixos

DILLUNS

479 Kcal 24 Gr 17 Prot 45 HC

1

Crema de porro ecològic i carabassó -10

Truita francesa -3

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

8



597 Kcal 37 Gr 18 Prot 43 HC

15

Crema de verdures de temporada ecològiques -10
Pollastre al forn
Cogombre i tomàquet amanit
-Pa integral-
Fruita del temps

DIMARTS

728 Kcal 34 Gr 28 Prot 74 HC

2

Amanida de cigrons (tomàquet, olives, blat de moro)

Pollastre al forn

Poma i ceba
-Pa integral-
Fruita del temps

9

Amanida de cous cous i cigrons (tomàquet, ceba i cogombre) -1-8T-11T

Truita francesa -3

Amanida variada -10T
-Pa integral-
logurt natural -2

16

Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet)
Ous durs amb oli i sal -3
Amanida variada -10T
-Pa integral-
Fruita del temps

DIMECRES

666 Kcal 24 Gr 16 Prot 89 HC

3

Bledes amb patata vapor

Espaguets integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13

-Pa integral-
Fruita del temps

10

Crema de porro ecològic i patata -10

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

-Pa integral-
Fruita del temps

17

Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, olives)
Peix fresc s/mercat -4-5T-6T
Edamame al vapor -8
-Pa integral-
Fruita del temps

DIJOUS

658 Kcal 26 Gr 24 Prot 75 HC

4

Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8
Peix fresc s/mercat -4-5T-6T

Amanida variada -10T
-Pa integral-
logurt natural -2

11

Macarrons integrals amb salsa d'espínacs (espínacs, ceba i llet) -1-2

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

Amanida variada -10T
Pa integral- Fruita del temps

18

Fesols eco amb patata al vapor
Aletes de pollastre al forn
Amanida variada -10T
-Pa integral-
Fruita del temps

DIVENDRES

680 Kcal 28 Gr 26 Prot 73 HC

5

Pèsols amb patata a l'allet -13

Pit de gall dindi amb arrebossat casolà -1-3-8T-11T
Amanida variada -10T
-Pa integral-
Fruita del temps

12

Pèsols amb patata a l'allet -13

Truita francesa -3

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

19

Amanida d'espínacs integrals tropical (enciam, pinya i formatge fresc) -1-2-8T-11T
Hamburguesa de vedella eco al forn
Ceba caramelitzada
-Pa integral-
Gelats de gel



FINAL DE CURS





MENÚ CC BAGES Juny



DIETA:

Sense gluten

DILLUNS

527 Kcal 27 Gr 18 Prot 53 HC

1

Crema de porro ecològic i carabassó -10

Truita de patates i ceba -3

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

8



772 Kcal 37 Gr 12 Prot 97 HC

15

Crema de verdures de temporada ecològiques -10

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

Cogombre i tomàquet amanit
Pa s/gluten 3
Fruita del temps

DIMARTS

711 Kcal 35 Gr 25 Prot 74 HC

2

Amanida de cigrons (tomàquet, olives, blat de moro)

Pollastre al forn

Poma i ceba
Pa s/gluten 3
Fruita del temps

9

Amanida de cigrons (tomàquet, ceba i cogombre)

Truita francesa -3

Amanida variada -10T
Pa s/gluten 3
logurt natural -2

16

Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet)

Ous farcits (tonyina, olives i maionesa)
3-4-11T-13T

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

DIMECRES

528 Kcal 28 Gr 6 Prot 62 HC

3

Bledes amb patata vapor

Daus de gall dindi al forn

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

10

Crema de porro ecològic i patata -10

Mandonguilles mixtes a la jardineria (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga) -8-13

Pa s/gluten 3
Fruita del temps

17

Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, olives)

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

Edamame al vapor -8
Pa s/gluten 3
Fruita del temps

DIJOUS

719 Kcal 32 Gr 22 Prot 84 HC

4

Arròs eco amb verdures (pèsols, ceba, pastanaga i carabassó)

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

Amanida variada -10T
Pa s/gluten 3
logurt natural -2

11

Macarrons s/gluten amb salsa d'espínacs (espínacs, ceba i llet) -2-8T

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

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

18

Fesols eco amb patata al vapor

Aletes de pollastre al forn

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

DIVENDRES

660 Kcal 29 Gr 23 Prot 73 HC

5

Pèsols amb patata a l'allet -13

Pit de gall dindi amb arrebossat casolà s/gluten

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

12

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)

Truita francesa -3

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

19

Amanida d'espínacs s/gluten tropical (enciam, pinya i formatge fresc) -2-8T

Hamburguesa de vedella al forn amb formatge i ceba caramelitzada -2

Pa s/gluten 3
Gelat -2-3T-7T-9T



FINAL DE CURS





MENÚ CC BAGES Juny



DIETA:

Sense lactosa

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
544 Kcal 25 Gr 20 Prot 54 HC 1	728 Kcal 34 Gr 28 Prot 74 HC 2	666 Kcal 24 Gr 16 Prot 89 HC 3	670 Kcal 26 Gr 26 Prot 76 HC 4	680 Kcal 28 Gr 26 Prot 73 HC 5
Crema de porro ecològic i carabassó -10 Truita de patates i ceba -3 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Amanida de cigrons (tomàquet, olives, blat de moro) Pollastre al forn Poma i ceba Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Bledes amb patata vapor Espaguets integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens logurt natural s/lactosa 2	Pèsols amb patata a l'alet -13 Pit de gall dindi amb arrebossat casolà -1-3-8T-11T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
725 Kcal 30 Gr 17 Prot 89 HC 8	839 Kcal 36 Gr 27 Prot 98 HC 9	616 Kcal 35 Gr 18 Prot 53 HC 10	678 Kcal 28 Gr 23 Prot 77 HC 11	642 Kcal 29 Gr 26 Prot 59 HC 12
 MENÚ DE L'ALUMNAT	Amanida de cous cous i cigrons (tomàquet, ceba i cogombre) -1-8T-11T Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens logurt natural s/lactosa 2	Crema de porro ecològic i patata -10 Mandonguilles mixtes a la jardineria (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga) -8-13 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Macarrons integrals amb espinacs i ceba saltada -1 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
725 Kcal 30 Gr 17 Prot 89 HC 15	712 Kcal 33 Gr 28 Prot 71 HC 16	755 Kcal 35 Gr 20 Prot 85 HC 17	737 Kcal 29 Gr 33 Prot 79 HC 18	708 Kcal 28 Gr 25 Prot 86 HC 19
Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Espaguets integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Cogombre i tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) Ous farcits (tonyina, olives i maionesa) 3-4-11T-13T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, olives) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor -8 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Fesols eco amb patata al vapor Aletes de pollastre a la barbacoa -1 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Amanida d'espirls integrals tropical (enciam, pinya i tomàquet) -1-8T-11T Hamburguesa de vedella eco al forn Ceba caramelitzada Pa sense al·lèrgens Gel de gel





MENÚ CC BAGES Juny



DIETA:

Sense gluten i lactosa

DILLUNS

527 Kcal 27 Gr 18 Prot 53 HC

1

Crema de porro ecològic i carabassó -10
Truita de patates i ceba -3
Amanida variada -10T
Pa s/gluten 3
Fruita del temps

DIMARTS

711 Kcal 35 Gr 25 Prot 74 HC

2

Amanida de cigrons (tomàquet, olives, blat de moro)
Pollastre al forn
Poma i ceba
Pa s/gluten 3
Fruita del temps

DIMECRES

528 Kcal 28 Gr 6 Prot 62 HC

3

Bledes amb patata vapor
Daus de gall dindi al forn
Espaguets s/gluten amb orenga -8T
Pa s/gluten 3
Fruita del temps

DIJOUS

730 Kcal 32 Gr 24 Prot 84 HC

4

Arròs eco amb verdures (pèsols, ceba, pastanaga i carabassó)
Peix fresc s/mercat -4-5T-6T
Amanida variada -10T
Pa s/gluten 3
logurt natural s/lactosa 2

DIVENDRES

660 Kcal 29 Gr 23 Prot 73 HC

5

Pèsols amb patata a l'allet -13
Pit de gall dindi amb arrebossat casolà s/gluten -3
Amanida variada -10T
Pa s/gluten 3
Fruita del temps

8



727 Kcal 37 Gr 32 Prot 67 HC

9

Amanida de cigrons (tomàquet, ceba i cogombre)
Truita francesa -3
Amanida variada -10T
Pa s/gluten 3
logurt natural s/lactosa 2

599 Kcal 36 Gr 15 Prot 52 HC

10

Crema de porro ecològic i patata -10
Mandonguilles mixtes a la jardineria (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga) -8-13
Pa s/gluten 3
Fruita del temps

668 Kcal 29 Gr 17 Prot 84 HC

11

Macarrons s/gluten amb espinacs i ceba saltada -8T
Peix fresc s/mercat -4-5T-6T
Amanida variada -10T
Pa s/gluten 3
Fruita del temps

625 Kcal 31 Gr 23 Prot 58 HC

12

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita francesa -3
Amanida variada -10T
Pa s/gluten 3
Fruita del temps

772 Kcal 37 Gr 12 Prot 97 HC

15

Crema de verdures de temporada ecològiques -10
Espaguets s/gluten amb carbonara (bacó i beguda vegetal) -8
Cogombre i tomàquet amanit
Pa s/gluten 3
Fruita del temps

695 Kcal 34 Gr 25 Prot 70 HC

16

Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet)
Ous farcits (tonyina, olives i maionesa) 3-4-11T-13T
Amanida variada -10T
Pa s/gluten 3
Fruita del temps

738 Kcal 36 Gr 17 Prot 84 HC

17

Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, olives)
Peix fresc s/mercat -4-5T-6T
Edamame al vapor -8
Pa s/gluten 3
Fruita del temps

640 Kcal 25 Gr 30 Prot 69 HC

18

Fesols eco amb patata al vapor
Aletes de pollastre al forn
Amanida variada -10T
Pa s/gluten 3
Fruita del temps

699 Kcal 29 Gr 19 Prot 93 HC

19

Amanida de espirals s/gluten tropical (enciam, pinya i tomàquet) -8T
Hamburguesa de vedella eco al forn
Ceba caramelitzada
Pa s/gluten 3
Gelats de gel



FINAL DE CURS





MENÚ CC BAGES Juny



DIETA:

PLV si vedella

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
544 Kcal 25 Gr 20 Prot 54 HC 1	728 Kcal 34 Gr 28 Prot 74 HC 2	666 Kcal 24 Gr 16 Prot 89 HC 3	648 Kcal 22 Gr 20 Prot 86 HC 4	680 Kcal 28 Gr 26 Prot 73 HC 5
Crema de porro ecològic i carbassó -10 Truita de patates i ceba -3 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Amanida de cigrons (tomàquet, olives, blat de moro) Pollastre al forn Poma i ceba Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Bledes amb patata vapor Espaguets integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Pèsols amb patata a l'alet -13 Pit de gall dindi amb arrebossat casolà -1-3-8T-11T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
8	9	10	11	12
	Amanida de cous cous i cigrons (tomàquet, ceba i cogombre) -1-8T-11T 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 porro ecològic i patata -10 Mandonguilles mixtes a la jardineria (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga) -8-13 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Macarrons integrals amb espinacs i ceba saltada -1 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
725 Kcal 30 Gr 17 Prot 89 HC 15	712 Kcal 33 Gr 28 Prot 71 HC 16	755 Kcal 35 Gr 20 Prot 85 HC 17	737 Kcal 29 Gr 33 Prot 79 HC 18	708 Kcal 28 Gr 25 Prot 86 HC 19
Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Espaguets integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Cogombre i tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) Ous farcits (tonyina, olives i maionesa) 3-4-11T-13T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, olives) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor -8 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Fesols eco amb patata al vapor Aletes de pollastre a la barbacoa -1 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Amanida d'espirls integrals tropical (enciam, pinya i tomàquet) -1-8T-11T Hamburguesa de vedella eco al forn Ceba caramelitzada Pa sense al·lèrgens Gel de gel





MENÚ CC BAGES Juny



DIETA:

PLV no vedella

DILLUNS

544 Kcal 25 Gr 20 Prot 54 HC

1

Crema de porro ecològic i carbassó -10

Truita de patates i ceba -3

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

DIMARTS

728 Kcal 34 Gr 28 Prot 74 HC

2

Amanida de cigrons (tomàquet, olives, blat de moro)

Pollastre al forn

Poma i ceba
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

DIMECRES

666 Kcal 24 Gr 16 Prot 89 HC

3

Bledes amb patata vapor

Espaguets integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

DIJOUS

648 Kcal 22 Gr 20 Prot 86 HC

4

Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8
Peix fresc s/mercat -4-5T-6T

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

DIVENDRES

680 Kcal 28 Gr 26 Prot 73 HC

5

Pèsols amb patata a l'alet -13

Pit de gall dindi amb arrebossat casolà -1-3-8T-11T
Amanida variada -10T
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps



725 Kcal 30 Gr 17 Prot 89 HC

15

Crema de verdures de temporada ecològiques -10

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

Cogombre i tomàquet amanit
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

817 Kcal 32 Gr 20 Prot 108 HC

9

Amanida de cous cous i cigrons (tomàquet, ceba i cogombre) -1-8T-11T
Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T
Amanida variada -10T

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

559 Kcal 27 Gr 26 Prot 50 HC

10

Crema de porro ecològic i patata -10

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

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

678 Kcal 28 Gr 23 Prot 77 HC

11

Macarrons integrals amb espinacs i ceba saltada -1
Peix fresc s/mercat -4-5T-6T

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

642 Kcal 29 Gr 26 Prot 59 HC

12

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita francesa -3

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

755 Kcal 35 Gr 20 Prot 85 HC

17

Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, olives)

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

Edamame al vapor -8
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

737 Kcal 29 Gr 33 Prot 79 HC

18

Fesols eco amb patata al vapor

Aletes de pollastre a la barbacoa -1

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

757 Kcal 31 Gr 27 Prot 86 HC

19

Amanida d'espirls integrals tropical (enciam, pinya i tomàquet) -1-8T-11T
Pollastre a la planxa

Ceba caramelitzada
Pa sense al·lèrgens
Gel de gel



FINAL DE CURS





MENÚ CC BAGES Juny



DIETA:

PLV no vedella sense gluten

DILLUNS

527 Kcal 27 Gr 18 Prot 53 HC

1

Crema de porro ecològic i carbassó -10

Truita de patates i ceba -3

Amanida variada -10T

Pa s/gluten 3

Fruita del temps

DIMARTS

711 Kcal 35 Gr 25 Prot 74 HC

2

Amanida de cigrons (tomàquet, olives, blat de moro)

Pollastre al forn

Poma i ceba

Pa s/gluten 3

Fruita del temps

DIMECRES

528 Kcal 28 Gr 6 Prot 62 HC

3

Bledes amb patata vapor

Daus de gall dindi al forn

Espaguets s/gluten amb orenga -8T

Pa s/gluten 3

Fruita del temps

DIJOUS

709 Kcal 28 Gr 18 Prot 94 HC

4

Arròs eco amb verdures (pèsols, ceba, pastanaga i carbassó)

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

Amanida variada -10T

Pa s/gluten 3

Fruita del temps

DIVENDRES

660 Kcal 29 Gr 23 Prot 73 HC

5

Pèsols amb patata a l'alet -13

Pit de gall dindi amb arrebossat casolà s/gluten

-3

Amanida variada -10T

Pa s/gluten 3

Fruita del temps



8

705 Kcal 33 Gr 25 Prot 77 HC

9

Amanida de cigrons (tomàquet, ceba i cogombre)

Truita francesa -3

Amanida variada -10T

Pa s/gluten 3

Fruita del temps

409 Kcal 22 Gr 4 Prot 47 HC

10

Crema de porro ecològic i patata -10

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

Pa s/gluten 3

Fruita del temps

668 Kcal 29 Gr 17 Prot 84 HC

11

Macarrons s/gluten amb espinacs i ceba saltada -8T

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

Amanida variada -10T

Pa s/gluten 3

Fruita del temps

625 Kcal 31 Gr 23 Prot 58 HC

12

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)

Truita francesa -3

Amanida variada -10T

Pa s/gluten 3

Fruita del temps

772 Kcal 37 Gr 12 Prot 97 HC

15

Crema de verdures de temporada ecològiques -10

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

Cogombre i tomàquet amanit

Pa s/gluten 3

Fruita del temps

695 Kcal 34 Gr 25 Prot 70 HC

16

Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet)

Ous farcits (tonyina, olives i maionesa)

3-4-11T-13T

Amanida variada -10T

Pa s/gluten 3

Fruita del temps

738 Kcal 36 Gr 17 Prot 84 HC

17

Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, olives)

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

Edamame al vapor -8

Pa s/gluten 3

Fruita del temps

640 Kcal 25 Gr 30 Prot 69 HC

18

Fesols eco amb patata al vapor

Aletes de pollastre al forn

Amanida variada -10T

Pa s/gluten 3

Fruita del temps

747 Kcal 32 Gr 21 Prot 93 HC

19

Amanida de espirals s/gluten tropical (enciam, pinya i tomàquet) -8T

Pollastre a la planxa

Ceba caramelitzada

Pa s/gluten 3

Gelat de gel



FINAL DE CURS





MENÚ CC BAGES Juny



DIETA:

PLV no vedella sense ou

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
444 Kcal 18 Gr 20 Prot 45 HC 1 Crema de porro ecològic i carabassó -10 Filet de lluç al forn -4 Patata panadera, ceba i tomàquet Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	728 Kcal 34 Gr 28 Prot 74 HC 2 Amanida de cigrons (tomàquet, olives, blat de moro) Pollastre al forn Poma i ceba Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	666 Kcal 24 Gr 16 Prot 89 HC 3 Bledes amb patata vapor Espaguets integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	648 Kcal 22 Gr 20 Prot 86 HC 4 Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	665 Kcal 27 Gr 25 Prot 73 HC 5 Pèsols amb patata a l'allet -13 Pit de gall dindi amb arrebossat casolà s/ou Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
725 Kcal 30 Gr 17 Prot 89 HC 8 	817 Kcal 32 Gr 20 Prot 108 HC 9 Amanida de cous cous i cigrons (tomàquet, ceba i cogombre) -1-8T-11T Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	559 Kcal 27 Gr 26 Prot 50 HC 10 Crema de porro ecològic i patata -10 Estofat de gall dindi a la jardiner (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga) Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	678 Kcal 28 Gr 23 Prot 77 HC 11 Macarrons integrals amb espinacs i ceba saltada -1 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	695 Kcal 34 Gr 29 Prot 60 HC 12 Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot) Pollastre al forn Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
725 Kcal 30 Gr 17 Prot 89 HC 15 Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Espaguets integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Cogombre i tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	724 Kcal 27 Gr 19 Prot 97 HC 16 Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	755 Kcal 35 Gr 20 Prot 85 HC 17 Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, olives) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor -8 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	737 Kcal 29 Gr 33 Prot 79 HC 18 Fesols eco amb patata al vapor Aletes de pollastre a la barbacoa -1 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	757 Kcal 31 Gr 27 Prot 86 HC 19 Amanida d'espirls integrals tropical (enciam, pinya i tomàquet) -1-8T-11T Pollastre a la planxa Ceba caramelitzada Pa sense al·lèrgens Gelats de gel





MENÚ CC BAGES Juny



DIETA:

Sense fruits secs

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
544 Kcal 25 Gr 20 Prot 54 HC 1	728 Kcal 34 Gr 28 Prot 74 HC 2	666 Kcal 24 Gr 16 Prot 89 HC 3	658 Kcal 26 Gr 24 Prot 75 HC 4	680 Kcal 28 Gr 26 Prot 73 HC 5
Crema de porro ecològic i carabassó -10 Truita de patates i ceba -3 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Amanida de cigrons (tomàquet, olives, blat de moro) Pollastre al forn Poma i ceba Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Bledes amb patata vapor Espaguets integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens logurt natural -2	Pèsols amb patata a l'alet -13 Pit de gall dindi amb arrebossat casolà -1-3-8T-11T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
8	9	10	11	12
	Amanida de cous cous i cigrons (tomàquet, ceba i cogombre) -1-8T-11T Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens logurt natural -2	Crema de porro ecològic i patata -10 Mandonguilles mixtes a la jardineria (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga) -8-13 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Macarrons integrals amb salsa d'espinacs (espinacs, ceba i llet) -1-2 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
725 Kcal 30 Gr 17 Prot 89 HC 15	712 Kcal 33 Gr 28 Prot 71 HC 16	755 Kcal 35 Gr 20 Prot 85 HC 17	737 Kcal 29 Gr 33 Prot 79 HC 18	712 Kcal 28 Gr 28 Prot 84 HC 19
Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Espaguets integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Cogombre i tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) Ous farcits (tonyina, olives i maionesa) 3-4-11T-13T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, olives) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor -8 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Fesols eco amb patata al vapor Aletes de pollastre a la barbacoa -1 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Amanida d'espirls integrals tropical (enciam, pinya i formatge fresc) -1-2-8T-11T Hamburguesa de vedella al forn amb formatge ceba caramelitzada -2 Pa sense al·lèrgens Gel de gel





MENÚ CC BAGES Juny



DIETA:

Sense ou

DILLUNS

444 Kcal 18 Gr 20 Prot 45 HC

1

Crema de porro ecològic i carbassó -10

Filet de lluç al forn -4

Patata panadera, ceba i tomàquet
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

DIMARTS

728 Kcal 34 Gr 28 Prot 74 HC

2

Amanida de cigrons (tomàquet, olives, blat de moro)

Pollastre al forn

Poma i ceba
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

DIMECRES

666 Kcal 24 Gr 16 Prot 89 HC

3

Bledes amb patata vapor

Espaguets integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

DIJOUS

658 Kcal 26 Gr 24 Prot 75 HC

4

Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8
Peix fresc s/mercat -4-5T-6T

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

DIVENDRES

665 Kcal 27 Gr 25 Prot 73 HC

5

Pèsols amb patata a l'allet -13

Pit de gall dindi amb arrebossat casolà s/ou

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

MENÚ DE L'ALUMNAT



725 Kcal 30 Gr 17 Prot 89 HC

8

Crema de verdures de temporada ecològiques -10

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

Cogombre i tomàquet amanit
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

828 Kcal 36 Gr 25 Prot 97 HC

9

Amanida de cous cous i cigrons (tomàquet, ceba i cogombre) -1-8T-11T
Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T
Amanida variada -10T

Pa sense al·lèrgens
logurt natural -2

616 Kcal 35 Gr 18 Prot 53 HC

10

Crema de porro ecològic i patata -10

Mandonguilles mixtes a la jardineria (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga) -8-13

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

607 Kcal 19 Gr 23 Prot 79 HC

11

Macarrons integrals amb salsa d'espínacs (espínacs, ceba i llet) -1-2
Peix fresc s/mercat -4-5T-6T

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

695 Kcal 34 Gr 29 Prot 60 HC

12

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Pollastre al forn

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

725 Kcal 30 Gr 17 Prot 89 HC

15

Crema de verdures de temporada ecològiques -10

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

Cogombre i tomàquet amanit
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

767 Kcal 21 Gr 28 Prot 109 HC

16

Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet)

Macarrons amb tonyina i olives 1-4-11T-13T

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

755 Kcal 35 Gr 20 Prot 85 HC

17

Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, olives)

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

Edamame al vapor -8
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

737 Kcal 29 Gr 33 Prot 79 HC

18

Fesols eco amb patata al vapor

Aletes de pollastre a la barbacoa -1

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

712 Kcal 28 Gr 28 Prot 84 HC

19

Amanida d'espínacs integrals tropical (enciam, pinya i formatge fresc) -1-2-8T-11T
Hamburguesa de vedella al forn amb formatge ceba caramelitzada -2

Pa sense al·lèrgens
Gelats de gel



FINAL DE CURS






MENÚ CC BAGES Juny



DIETA:

Sense peix

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
685 Kcal 30 Gr 11 Prot 76 HC 1 Crema de porro ecològic i carabassó -10 Truita de patates i ceba amb llesca de pa de pagès (tomàquet opcional) -1-2T-3-9T-12T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	728 Kcal 34 Gr 28 Prot 74 HC 2 Amanida de cigrons (tomàquet, olives, blat de moro) Pollastre al forn Poma i ceba Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	666 Kcal 24 Gr 16 Prot 89 HC 3 Bledes amb patata vapor Espaguets integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	729 Kcal 28 Gr 20 Prot 91 HC 4 Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita de carabassó -3 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens logurt natural -2	680 Kcal 28 Gr 26 Prot 73 HC 5 Pèsols amb patata a l'alet -13 Pit de gall dindi amb arrebossat casolà -1-3-8T-11T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
725 Kcal 30 Gr 17 Prot 89 HC 8 	828 Kcal 36 Gr 25 Prot 97 HC 9 Amanida de cous cous i cigrons (tomàquet, ceba i cogombre) -1-8T-11T Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens logurt natural -2	616 Kcal 35 Gr 18 Prot 53 HC 10 Crema de porro ecològic i patata -10 Mandonguilles mixtes a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga) -8-13 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	654 Kcal 21 Gr 29 Prot 79 HC 11 Macarrons integrals amb salsa d'espínacs (espínacs, ceba i llet) -1-2 Pollastre a la planxa Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	642 Kcal 29 Gr 26 Prot 59 HC 12 Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
725 Kcal 30 Gr 17 Prot 89 HC 15 Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Espaguets integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Cogombre i tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	663 Kcal 29 Gr 24 Prot 72 HC 16 Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) Ous farcits (tomàquet, olives i maionesa) -3-11T-13T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	714 Kcal 34 Gr 11 Prot 85 HC 17 Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, olives) Daus de gall dindi al forn Edamame al vapor -8 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	737 Kcal 29 Gr 33 Prot 79 HC 18 Fesols eco amb patata al vapor Aletes de pollastre a la barbacoa -1 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	743 Kcal 32 Gr 29 Prot 80 HC 19 Amanida d'espínacs integrals tropical (enciam, pinya i formatge fresc) -1-2-8T-11T Hamburguesa de vedella al forn amb formatge i ceba caramelitzada -2 Pa sense al·lèrgens Gelat -2-3T-7T-9T





MENÚ CC BAGES Juny



DIETA:

Sense crustacis

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
685 Kcal 30 Gr 11 Prot 76 HC 1	728 Kcal 34 Gr 28 Prot 74 HC 2	666 Kcal 24 Gr 16 Prot 89 HC 3	729 Kcal 28 Gr 20 Prot 91 HC 4	680 Kcal 28 Gr 26 Prot 73 HC 5
Crema de porro ecològic i carbassó -10 Truita de patates i ceba amb llesca de pa de pagès (tomàquet opcional) -1-2T-3-9T-12T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Amanida de cigrons (tomàquet, olives, blat de moro) Pollastre al forn Poma i ceba Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Bledes amb patata vapor Espaguets integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Truita de carbassó -3 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens logurt natural -2	Pèsols amb patata a l'allet -13 Pit de gall dindi amb arrebossat casolà -1-3-8T-11T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
8	828 Kcal 36 Gr 25 Prot 97 HC 9	616 Kcal 35 Gr 18 Prot 53 HC 10	654 Kcal 21 Gr 29 Prot 79 HC 11	642 Kcal 29 Gr 26 Prot 59 HC 12
	Amanida de cous cous i cigrons (tomàquet, ceba i cogombre) -1-8T-11T Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens logurt natural -2	Crema de porro ecològic i patata -10 Mandonguilles mixtes a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga) -8-13 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Macarrons integrals amb salsa d'espinacs (espinacs, ceba i llet) -1-2 Pollastre a la planxa Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
725 Kcal 30 Gr 17 Prot 89 HC 15	663 Kcal 29 Gr 24 Prot 72 HC 16	714 Kcal 34 Gr 11 Prot 85 HC 17	737 Kcal 29 Gr 33 Prot 79 HC 18	743 Kcal 32 Gr 29 Prot 80 HC 19
Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Espaguets integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Cogombre i tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) Ous farcits (tomàquet, olives i maionesa) -3-11T-13T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, olives) Daus de gall dindi al forn Edamame al vapor -8 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Fesols eco amb patata al vapor Aletes de pollastre a la barbacoa -1 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Amanida d'espirls integrals tropical (enciam, pinya i formatge fresc) -1-2-8T-11T Hamburguesa de vedella al forn amb formatge i ceba caramelitzada -2 Pa sense al·lèrgens Gelats -2-3T-7T-9T





MENÚ CC BAGES Juny



DIETA:

Sense marisc

DILLUNS

685 Kcal 30 Gr 11 Prot 76 HC

1

Crema de porro ecològic i carbassó -10
Truita de patates i ceba amb llesca de pa de pagès (tomàquet opcional) -1-2T-3-9T-12T
Amanida variada -10T
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

DIMARTS

728 Kcal 34 Gr 28 Prot 74 HC

2

Amanida de cigrons (tomàquet, olives, blat de moro)
Pollastre al forn
Poma i ceba
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

DIMECRES

666 Kcal 24 Gr 16 Prot 89 HC

3

Bledes amb patata vapor
Espaguets integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

DIJOUS

729 Kcal 28 Gr 20 Prot 91 HC

4

Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8
Truita de carbassó -3
Amanida variada -10T
Pa sense al·lèrgens
logurt natural -2

DIVENDRES

680 Kcal 28 Gr 26 Prot 73 HC

5

Pèsols amb patata a l'allet -13
Pit de gall dindi amb arrebossat casolà
-1-3-8T-11T
Amanida variada -10T
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps



725 Kcal 30 Gr 17 Prot 89 HC

8

Crema de verdures de temporada ecològiques -10
Espaguets integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8
Cogombre i tomàquet amanit
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

828 Kcal 36 Gr 25 Prot 97 HC

9

Amanida de cous cous i cigrons (tomàquet, ceba i cogombre) -1-8T-11T
Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T
Amanida variada -10T
Pa sense al·lèrgens
logurt natural -2

616 Kcal 35 Gr 18 Prot 53 HC

10

Crema de porro ecològic i patata -10
Mandonguilles mixtes a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga) -8-13
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

654 Kcal 21 Gr 29 Prot 79 HC

11

Macarrons integrals amb salsa d'espínacs (espínacs, ceba i llet) -1-2
Pollastre a la planxa
Amanida variada -10T
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

642 Kcal 29 Gr 26 Prot 59 HC

12

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita francesa -3
Amanida variada -10T
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

663 Kcal 29 Gr 24 Prot 72 HC

16

Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet)
Ous farcits (tomàquet, olives i maionesa) -3-11T-13T
Amanida variada -10T
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

714 Kcal 34 Gr 11 Prot 85 HC

17

Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, olives)
Daus de gall dindi al forn
Edamame al vapor -8
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

737 Kcal 29 Gr 33 Prot 79 HC

18

Fesols eco amb patata al vapor
Aletes de pollastre a la barbacoa -1
Amanida variada -10T
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

743 Kcal 32 Gr 29 Prot 80 HC

19

Amanida d'espínacs integrals tropical (enciam, pinya i formatge fresc) -1-2-8T-11T
Hamburguesa de vedella al forn amb formatge i ceba caramelitzada -2
Pa sense al·lèrgens
Gelats -2-3T-7T-9T



FINAL DE CURS





MENÚ CC BAGES Juny



DIETA:

Sense lleties

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
685 Kcal 30 Gr 11 Prot 76 HC 1	728 Kcal 34 Gr 28 Prot 74 HC 2	541 Kcal 27 Gr 10 Prot 59 HC 3	658 Kcal 26 Gr 24 Prot 75 HC 4	680 Kcal 28 Gr 26 Prot 73 HC 5
Crema de porro ecològic i carbassó -10 Truita de patates i ceba amb llesca de pa de pagès (tomàquet opcional) -1-2T-3-9T-12T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Amanida de cigrons (tomàquet, olives, blat de moro) Pollastre al forn Poma i ceba Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Bledes amb patata vapor Daus de gall dindi al forn Espaguets amb orenga -1 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens logurt natural -2	Pèsols amb patata a l'allet -13 Pit de gall dindi amb arrebossat casolà -1-3-8T-11T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
8	831 Kcal 36 Gr 26 Prot 97 HC 9	616 Kcal 35 Gr 18 Prot 53 HC 10	607 Kcal 19 Gr 23 Prot 79 HC 11	642 Kcal 29 Gr 26 Prot 59 HC 12
	Amanida de cous cous i cigrons (tomàquet, ceba i cogombre) -1-8T-11T Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T Verdures al forn Pa sense al·lèrgens logurt natural -2	Crema de porro ecològic i patata -10 Mandonguilles mixtes a la jardineria (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga) -8-13 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Macarrons integrals amb salsa d'espínacs (espínacs, ceba i llet) -1-2 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
725 Kcal 30 Gr 17 Prot 89 HC 15	712 Kcal 33 Gr 28 Prot 71 HC 16	755 Kcal 35 Gr 20 Prot 85 HC 17	737 Kcal 29 Gr 33 Prot 79 HC 18	743 Kcal 32 Gr 29 Prot 80 HC 19
Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Espaguets integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Cogombre i tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) Ous farcits (tonyina, olives i maionesa) 3-4-11T-13T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, olives) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor -8 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Fesols eco amb patata al vapor Aletes de pollastre a la barbacoa -1 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Amanida d'espínacs integrals tropical (enciam, pinya i formatge fresc) -1-2-8T-11T Hamburguesa de vedella al forn amb formatge i ceba caramelitzada -2 Pa sense al·lèrgens Gelats -2-3T-7T-9T






MENÚ CC BAGES Juny



DIETA:

Sense cigrons

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
685 Kcal 30 Gr 11 Prot 76 HC 1	756 Kcal 37 Gr 24 Prot 75 HC 2	666 Kcal 24 Gr 16 Prot 89 HC 3	658 Kcal 26 Gr 24 Prot 75 HC 4	680 Kcal 28 Gr 26 Prot 73 HC 5
Crema de porro ecològic i carbassó -10 Truita de patates i ceba amb llesca de pa de pagès (tomàquet opcional) -1-2T-3-9T-12T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Amanida d'espirls integrals (tomàquet, olives, blat de moro) -1-8T-11T Pollastre al forn Poma i ceba Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Bledes amb patata vapor Espaguets integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens logurt natural -2	Pèsols amb patata a l'allet -13 Pit de gall dindi amb arrebossat casolà -1-3-8T-11T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
 725 Kcal 30 Gr 17 Prot 89 HC 8	764 Kcal 34 Gr 20 Prot 90 HC 9	616 Kcal 35 Gr 18 Prot 53 HC 10	607 Kcal 19 Gr 23 Prot 79 HC 11	642 Kcal 29 Gr 26 Prot 59 HC 12
Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Espaguets integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Cogombre i tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Amanida de cous cous (tomàquet, ceba i cogombre) -1-8T-11T Varettes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens logurt natural -2	Crema de porro ecològic i patata -10 Mandonguilles mixtes a la jardineria (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga) -8-13 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Macarrons integrals amb salsa d'espínacs (espínacs, ceba i llet) -1-2 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
725 Kcal 30 Gr 17 Prot 89 HC 15	765 Kcal 31 Gr 27 Prot 85 HC 16	755 Kcal 35 Gr 20 Prot 85 HC 17	737 Kcal 29 Gr 33 Prot 79 HC 18	743 Kcal 32 Gr 29 Prot 80 HC 19
Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Espaguets integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Cogombre i tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Macarrons integrals amb salsa de tomàquet casolana -1-10T Ous farcits (tonyina, olives i maionesa) 3-4-11T-13T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, olives) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor -8 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Fesols eco amb patata al vapor Aletes de pollastre a la barbacoa -1 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	Amanida d'espirls integrals tropical (enciam, pinya i formatge fresc) -1-2-8T-11T Hamburguesa de vedella al forn amb formatge i ceba caramelitzada -2 Pa sense al·lèrgens Gelats -2-3T-7T-9T



FINAL DE CURS





MENÚ CC BAGES Juny



DIETA:

Sense llegums

DILLUNS

685 Kcal 30 Gr 11 Prot 76 HC

1

Crema de porro ecològic i carbassó -10
Truita de patates i ceba amb llesca de pa de pagès (tomàquet opcional) -1-2T-3-9T-12T
Amanida variada -10T
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

DIMARTS

754 Kcal 36 Gr 24 Prot 77 HC

2

Amanida d'espirlals (tomàquet, olives, blat de moro) -1
Pollastre al forn
Poma i ceba
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

DIMECRES

541 Kcal 27 Gr 10 Prot 59 HC

3

Bledes amb patata vapor
Daus de gall dindi al forn
Espaguets amb orenga -1
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

DIJOUS

728 Kcal 31 Gr 24 Prot 83 HC

4

Arròs eco amb verdures (ceba, pastanaga i carbassó)
Peix fresc s/mercat -4-5T-6T
Amanida variada -10T
Pa sense al·lèrgens
logurt natural -2

DIVENDRES

544 Kcal 18 Gr 21 Prot 68 HC

5

Mongeta tendra amb patata a l'allet
Pit de gall dindi amb arrebossat casolà s/gluten -3
Amanida variada -10T
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps



8

646 Kcal 33 Gr 22 Prot 60 HC

15

Crema de verdures de temporada ecològiques -10
Pollastre al forn
Espaguets amb orenga -1
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

680 Kcal 33 Gr 23 Prot 68 HC

9

Amanida d'arròs (tomàquet, ceba i cogombre)
Truita francesa -3
Amanida variada -10T
Pa sense al·lèrgens
logurt natural -2

559 Kcal 27 Gr 26 Prot 50 HC

10

Crema de porro ecològic i patata -10
Estofat de gall dindi a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

607 Kcal 19 Gr 23 Prot 79 HC

11

Macarrons integrals amb salsa d'espínacs (espínacs, ceba i llet) -1-2
Peix fresc s/mercat -4-5T-6T
Amanida variada -10T
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

539 Kcal 28 Gr 16 Prot 50 HC

12

Patates estofades amb verdures (ceba, all, pastanaga i pebrot)
Truita francesa -3
Amanida variada -10T
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

765 Kcal 31 Gr 27 Prot 85 HC

16

Macarrons integrals amb salsa de tomàquet casolana -1-10T
Ous farcits (tonyina, olives i maionesa) 3-4-11T-13T
Amanida variada -10T
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

711 Kcal 29 Gr 19 Prot 87 HC

17

Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, olives)
Peix fresc s/mercat -4-5T-6T
Amanida variada -10T
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

698 Kcal 33 Gr 24 Prot 72 HC

18

Verdura amb patata
Aletes de pollastre a la barbacoa -1
Amanida variada -10T
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

710 Kcal 28 Gr 27 Prot 86 HC

19

Amanida d'espirlals s/soja tropical (enciam, pinya i formatge fresc) -1-2
Hamburguesa de vedella al forn amb formatge ceba caramelitzada -2
Pa sense al·lèrgens
Gelats de gel



FINAL DE CURS






MENÚ CC BAGES
Juny



DIETA:

Sense carn, ou

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
490 Kcal 23 Gr 21 Prot 44 HC 1 Crema de porro ecològic i carbassó -10 Filet de lluç al forn -4 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	672 Kcal 28 Gr 28 Prot 73 HC 2 Amanida de cigrons (tomàquet, olives, blat de moro) Bacallà al forn -4 Poma i ceba Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	666 Kcal 24 Gr 16 Prot 89 HC 3 Bledes amb patata vapor Espaguets integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	658 Kcal 26 Gr 24 Prot 75 HC 4 Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens logurt natural -2	643 Kcal 27 Gr 20 Prot 73 HC 5 Pèsols amb patata a l'alet -13 Lluç amb arrebossat casolà s/ou -4 Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
555 Kcal 33 Gr 19 Prot 42 HC 8  Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Filet de lluç al forn -4 Cogombre i tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	828 Kcal 36 Gr 25 Prot 97 HC 9 Amanida de cous cous i cigrons (tomàquet, ceba i cogombre) -1-8T-11T Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens logurt natural -2	560 Kcal 27 Gr 12 Prot 60 HC 10 Crema de porro ecològic i patata -10 Pèsols a la jardinera (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga) -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	607 Kcal 19 Gr 23 Prot 79 HC 11 Macarrons integrals amb salsa d'espínacs (espínacs, ceba i llet) -1-2 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	582 Kcal 22 Gr 17 Prot 69 HC 12 Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot) Patata al forn Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps
555 Kcal 33 Gr 19 Prot 42 HC 15 Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Filet de lluç al forn -4 Cogombre i tomàquet amanit Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	767 Kcal 21 Gr 28 Prot 109 HC 16 Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) Macarrons amb tonyina i olives 1-4-11T-13T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	755 Kcal 35 Gr 20 Prot 85 HC 17 Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, olives) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor -8 Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	765 Kcal 25 Gr 21 Prot 104 HC 18 Fesols eco amb patata al vapor Varetes de verdures al forn a la barbacoa -1-8T-11T Amanida variada -10T Pa sense al·lèrgens Fruita del temps	749 Kcal 30 Gr 27 Prot 86 HC 19 Amanida d'espínacs integrals tropical (enciam, pinya i formatge fresc) -1-2-8T-11T Filet de lluç al forn -4 Ceba caramelitzada Pa sense al·lèrgens Gel de gel





MENÚ CC BAGES Juny



DIETA:

Sense carn, sense fruits secs

DILLUNS

544 Kcal 25 Gr 20 Prot 54 HC

1

Crema de porro ecològic i carbassó -10

Truita de patates i ceba -3

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

8



555 Kcal 33 Gr 19 Prot 42 HC

15

Crema de verdures de temporada ecològiques -10

Filet de lluç al forn -4

Cogombre i tomàquet amanit
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

DIMARTS

672 Kcal 28 Gr 28 Prot 73 HC

2

Amanida de cigrons (tomàquet, olives, blat de moro)

Bacallà al forn -4

Poma i ceba
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

9

Amanida de cous cous i cigrons (tomàquet, ceba i cogombre) -1-8T-11T
Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T

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

16

Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet)

Ous farcits (tonyina, olives i maionesa)

3-4-11T-13T
Amanida variada -10T
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

DIMECRES

666 Kcal 24 Gr 16 Prot 89 HC

3

Bledes amb patata vapor

Espaguets integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13

Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

10

Crema de porro ecològic i patata -10

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

17

Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, olives)

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

Edamame al vapor -8
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

DIJOUS

658 Kcal 26 Gr 24 Prot 75 HC

4

Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8
Peix fresc s/mercat -4-5T-6T

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

11

Macarrons integrals amb salsa d'espínacs (espínacs, ceba i llet) -1-2
Peix fresc s/mercat -4-5T-6T

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

18

Fesols eco amb patata al vapor

Bunyols de bacallà al forn
-1-2-3T-4-5T-8T-10T-11T-13T
Amanida variada -10T
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

DIVENDRES

676 Kcal 27 Gr 20 Prot 81 HC

5

Pèsols amb patata a l'allet -13

Filet de lluç arrebossat al forn
-1T-2T-3T-4-5T-6T-8T-13T
Amanida variada -10T
Pa sense al·lèrgens
Fruita del temps

12

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)

Truita francesa -3

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

19

Amanida d'espínacs integrals tropical (enciam, pinya i formatge fresc) -1-2-8T-11T

Hamburguesa de colífor amb formatge

-1-2-3-12
Ceba caramelitzada
Pa sense al·lèrgens
Gelats de gel



FINAL DE CURS





MENÚ CC BAGES Juny



DIETA:

Sense kiwi

DILLUNS

704 Kcal 30 Gr 11 Prot 81 HC

1

Crema de porro ecològic i carbassó -10
Truita de patates i ceba amb llesca de pa de pagès (tomàquet opcional) -1-2T-3-9T-12T
Amanida variada -10T
-Pa integral-
Fruita del temps*

8



744 Kcal 30 Gr 18 Prot 94 HC

15

Crema de verdures de temporada ecològiques -10
Espaguets integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8
Cogombre i tomàquet amanit
-Pa integral-
Fruita del temps*

DIMARTS

747 Kcal 34 Gr 28 Prot 79 HC

2

Amanida de cigrons (tomàquet, olives, blat de moro)
Pollastre al forn
Poma i ceba
-Pa integral-
Fruita del temps*

828 Kcal 36 Gr 25 Prot 97 HC

9

Amanida de cous cous i cigrons (tomàquet, ceba i cogombre) -1-8T-11T
Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T
Amanida variada -10T
-Pa integral-
logurt natural -2

731 Kcal 33 Gr 28 Prot 76 HC

16

Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet)
Ous farcits (tonyina, olives i maionesa) 3-4-11T-13T
Amanida variada -10T
-Pa integral-
Fruita del temps*

DIMECRES

685 Kcal 24 Gr 16 Prot 94 HC

3

Bledes amb patata vapor
Espaguets integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13
-Pa integral-
Fruita del temps*

635 Kcal 35 Gr 18 Prot 58 HC

10

Crema de porro ecològic i patata -10
Mandonguilles mixtes a la jardineria (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga) -8-13
-Pa integral-
Fruita del temps*

774 Kcal 35 Gr 20 Prot 90 HC

17

Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, olives)
Peix fresc s/mercat -4-5T-6T
Edamame al vapor -8
-Pa integral-
Fruita del temps*

DIJOUS

658 Kcal 26 Gr 24 Prot 75 HC

4

Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8
Peix fresc s/mercat -4-5T-6T
Amanida variada -10T
-Pa integral-
logurt natural -2

626 Kcal 19 Gr 24 Prot 84 HC

11

Macarrons integrals amb salsa d'espínacs (espínacs, ceba i llet) -1-2
Peix fresc s/mercat -4-5T-6T
Amanida variada -10T
-Pa integral-
Fruita del temps*

756 Kcal 29 Gr 33 Prot 83 HC

18

Fesols eco amb patata al vapor
Aletes de pollastre a la barbacoa -1
Amanida variada -10T
-Pa integral-
Fruita del temps*

DIVENDRES

699 Kcal 28 Gr 26 Prot 77 HC

5

Pèsols amb patata a l'allet -13
Pit de gall dindi amb arrebossat casolà -1-3-8T-11T
Amanida variada -10T
-Pa integral-
Fruita del temps*

661 Kcal 29 Gr 26 Prot 64 HC

12

Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)
Truita francesa -3
Amanida variada -10T
-Pa integral-
Fruita del temps*

743 Kcal 32 Gr 29 Prot 80 HC

19

Amanida d'espínacs integrals tropical (enciam, pinya i formatge fresc) -1-2-8T-11T
Hamburguesa de vedella al forn amb formatge i ceba caramelitzada -2
-Pa integral-
Gelat -2-3T-7T-9T



FINAL DE CURS





MENÚ CC BAGES Juny



DIETA:

Sense prèsec

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
704 Kcal 30 Gr 11 Prot 81 HC 1	747 Kcal 34 Gr 28 Prot 79 HC 2	685 Kcal 24 Gr 16 Prot 94 HC 3	658 Kcal 26 Gr 24 Prot 75 HC 4	699 Kcal 28 Gr 26 Prot 77 HC 5
Crema de porro ecològic i carabassó -10 Truita de patates i ceba amb llesca de pa de pagès (tomàquet opcional) -1-2T-3-9T-12T Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps*	Amanida de cigrons (tomàquet, olives, blat de moro) Pollastre al forn Poma i ceba -Pa integral- Fruita del temps*	Bledes amb patata vapor Espaguets integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 -Pa integral- Fruita del temps*	Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T -Pa integral- logurt natural -2	Pèsols amb patata a l'allet -13 Pit de gall dindi amb arrebossat casolà -1-3-8T-11T Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps*
8	828 Kcal 36 Gr 25 Prot 97 HC 9	635 Kcal 35 Gr 18 Prot 58 HC 10	626 Kcal 19 Gr 24 Prot 84 HC 11	661 Kcal 29 Gr 26 Prot 64 HC 12
	Amanida de cous cous i cigrons (tomàquet, ceba i cogombre) -1-8T-11T Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T Amanida variada -10T -Pa integral- logurt natural -2	Crema de porro ecològic i patata -10 Mandonguilles mixtes a la jardineria (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga) -8-13 -Pa integral- Fruita del temps*	Macarrons integrals amb salsa d'espínacs (espínacs, ceba i llet) -1-2 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps*	Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps*
744 Kcal 30 Gr 18 Prot 94 HC 15	731 Kcal 33 Gr 28 Prot 76 HC 16	774 Kcal 35 Gr 20 Prot 90 HC 17	756 Kcal 29 Gr 33 Prot 83 HC 18	743 Kcal 32 Gr 29 Prot 80 HC 19
Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Espaguets integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Cogombre i tomàquet amanit -Pa integral- Fruita del temps*	Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) Ous farcits (tonyina, olives i maionesa) 3-4-11T-13T Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps*	Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, olives) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor -8 -Pa integral- Fruita del temps*	Fesols eco amb patata al vapor Aletes de pollastre a la barbacoa -1 Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps*	Amanida d'espínacs integrals tropical (enciam, pinya i formatge fresc) -1-2-8T-11T Hamburguesa de vedella al forn amb formatge i ceba caramelitzada -2 -Pa integral- Gelat -2-3T-7T-9T



FINAL DE CURS






MENÚ CC BAGES Juny



DIETA:

Sense pell de fruita

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
704 Kcal 30 Gr 11 Prot 81 HC 1 Crema de porro ecològic i carabassó -10 Truita de patates i ceba amb llesca de pa de pagès (tomàquet opcional) -1-2T-3-9T-12T Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps*	740 Kcal 34 Gr 28 Prot 77 HC 2 Amanida de cigrons (tomàquet, olives, blat de moro) Pollastre al forn Ceba caramelitzada -Pa integral- Fruita del temps*	685 Kcal 24 Gr 16 Prot 94 HC 3 Bledes amb patata vapor Espaguets integrals eco amb bolonyesa de llegums eco -1-10-13 -Pa integral- Fruita del temps*	658 Kcal 26 Gr 24 Prot 75 HC 4 Arròs ecològic saltat a l'estil cantonès (pèsols, pastanaga, ceba i soja) -1-8 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T -Pa integral- logurt natural -2	699 Kcal 28 Gr 26 Prot 77 HC 5 Pèsols amb patata a l'allet -13 Pit de gall dindi amb arrebossat casolà -1-3-8T-11T Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps*
828 Kcal 36 Gr 25 Prot 97 HC 8  Amanida de cous cous i cigrons (tomàquet, ceba i cogombre) -1-8T-11T Varetes de verdures al forn (pèsol, pastanaga i blat de moro) -1-8T-11T Amanida variada -10T -Pa integral- logurt natural -2	635 Kcal 35 Gr 18 Prot 58 HC 9 Crema de porro ecològic i patata -10 Mandonguilles mixtes a la jardineria (ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga) -8-13 -Pa integral- Fruita del temps*	626 Kcal 19 Gr 24 Prot 84 HC 10 Macarrons integrals amb salsa d'espínacs (espínacs, ceba i llet) -1-2 Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps*	661 Kcal 29 Gr 26 Prot 64 HC 11 Mongeta blanca eco estofada amb verdures (ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot) Truita francesa -3 Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps*	
744 Kcal 30 Gr 18 Prot 94 HC 15 Crema de verdures de temporada ecològiques -10 Espaguets integrals ecològics a la carbonara (ceba, bacó i beguda vegetal) -1-8 Cogombre i tomàquet amanit -Pa integral- Fruita del temps*	731 Kcal 33 Gr 28 Prot 76 HC 16 Cigrons amb sofregit de tomàquet (ceba, all i tomàquet) Ous farcits (tonyina, olives i maionesa) 3-4-11T-13T Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps*	774 Kcal 35 Gr 20 Prot 90 HC 17 Amanida d'arròs (tomàquet, blat de moro, olives) Peix fresc s/mercat -4-5T-6T Edamame al vapor -8 -Pa integral- Fruita del temps*	756 Kcal 29 Gr 33 Prot 83 HC 18 Fesols eco amb patata al vapor Aletes de pollastre a la barbacoa -1 Amanida variada -10T -Pa integral- Fruita del temps*	743 Kcal 32 Gr 29 Prot 80 HC 19 Amanida d'espínacs integrals tropical (enciam, pinya i formatge fresc) -1-2-8T-11T Hamburguesa de vedella al forn amb formatge i ceba caramelitzada -2 -Pa integral- Gelat -2-3T-7T-9T

