

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>DINAR</b>	<b>6</b> Llenties estofades Llibrets pernil i formatge amb amanida logurt i pa	<b>7</b> Amanida d'arròs Hamburguesa de vedella amb tomàquet i ceba Fruita del temps i pa	<b>8</b> Macarrons amb sofregit de tomàquet Filet de panga arrebossat amb amanida Fruita del temps i pa	<b>9</b> Verdura al vapor Escalopa de porc amb salsa Fruita del temps i pa	<b>10</b> Amanida de pasta Blanqueta de gall dindi amb patates Fruita del temps i pa
Suggeriment sopar	905 Kcal Prot: 37,8 HC: 99,8 Lip: 31,5 <b>Rotllet d'espàrrecs blancs amb pernil dolç</b> <b>Calamars a la planxa amb tomàquet amanit</b> <b>Fruita natural</b>	852 Kcal Prot: 44,9 HC: 77,4 Lip: 38,8 <b>Crema de pastanaga</b> <b>Salmó a la papillota amb patates</b> <b>Fruita natural</b>	752 Kcal Prot: 36,4 HC: 100,2 Lip: 20,5 <b>Espinacs a la catalana</b> <b>Pollastre a la planxa amb enciam i olives</b> <b>Fruita del temps</b>	584 Kcal Prot: 21,2 HC: 39,7 Lip: 35,1 <b>Arròs amb gambes i tonyina</b> <b>Truita a la francesa amb pebrot escalivat</b> <b>Fruita del temps</b>	832 Kcal Prot: 42,9 HC: 91,2 Lip: 30,4 <b>Amanida verda amb tomàquet, ceba i olives</b> <b>Lluç a la planxa amb salsa d'ametlles</b> <b>Fruita del temps</b>
<b>DINAR</b>	<b>13</b> Amanida de cigrons Mandonguilles de vedella a la jardinera Fruita del temps i pa	<b>14</b> Verdura al vapor Llom a la planxa amb patates fregides Fruita del temps i pa	<b>15</b> Tallarines amb carn picada i tomàquet Truita de carbassó amb amanida logurt i pa	<b>16</b> Arròs a la cubana Croquetes de bacallà amb amanida Fruita del temps i pa	<b>17</b> Amanida de pasta Pollastre al forn amb guarnició Fruita del temps i pa
Suggeriment sopar	922 Kcal Prot: 52,5 HC: 84,9 Lip: 35,8 <b>Mongeta tendra amb patata</b> <b>Verat al forn amb ceba confitada</b> <b>Fruita natural</b>	694 Kcal Prot: 24,9 HC: 76,5 Lip: 36,8 <b>Vichyssoise</b> <b>Broqueta de pollastre, tomàquet cirera i pinya</b> <b>Fruita del temps</b>	775 Kcal Prot: 32,5 HC: 92,4 Lip: 27,1 <b>Escalivada amb torrada de pagès</b> <b>Salsitxes de gall dindi amb flam d'arròs</b> <b>Fruita del temps</b>	779 Kcal Prot: 16,7 HC: 112,8 Lip: 27,1 <b>Puré de patates</b> <b>Bistec a la planxa amb enciam i olives</b> <b>Fruita del temps</b>	840 Kcal Prot: 43,4 HC: 91,2 Lip: 30,5 <b>Tomàquet llescat amb formatge i orenga</b> <b>Calamars a la planxa amb enciam amanit</b> <b>Fruita del temps</b>
<b>DINAR</b>	<b>20</b> Mongeta perona amb patates Botifarra al forn amb tomàquet Fruita del temps i pa	<b>21</b> Llenties estofades Filet de lluç arrebossat amb amanida logurt i pa	<b>22</b> Amanida russa Hamburguesa de vedella amb ceba Fruita del temps i pa	<b>23</b> Canelons gratinats Pit de pollastre a la planxa amb guarnició Fruita del temps i pa	<b>24</b> Arròs a la cubana Croquetes de pernil amb amanida Fruita del temps i pa
Suggeriment sopar	669 Kcal Prot: 32,6 HC: 53,4 Lip: 33,9 <b>Amanida d'arròs</b> <b>Truita de formatge amb rotllet de pernil dolç</b> <b>Fruita del temps</b>	898 Kcal Prot: 55,9 HC: 83,6 Lip: 30,2 <b>Amanida verda</b> <b>Llom a la planxa amb samfaina</b> <b>Fruita del temps i pa</b>	865 Kcal Prot: 32,5 HC: 57,2 Lip: 40,9 <b>Amanida de llaçets amb formatge fresc</b> <b>Sèpia a la planxa amb tomàquet amanit</b> <b>Fruita del temps</b>	846 Kcal Prot: 33,9 HC: 63,3 Lip: 38,2 <b>Puré de carbassó amb formatge</b> <b>Tonyina a la planxa amb sofregit de tomàquet</b> <b>Fruita del temps i pa</b>	761 Kcal Prot: 16,8 HC: 111,7 Lip: 25,4 <b>Cuscús amb verdures</b> <b>Bistec a la planxa amb enciam juliana</b> <b>logurt</b>
<b>DINAR</b>	<b>27</b> Bledes amb patates Botifarra al forn amb xampinyons Fruita del temps i pa	<b>28</b> Amanida de pasta Llom de porc amb guarnició Fruita del temps i pa	<b>29</b> Arròs amb sofregit de tomàquet Croquetes de bacallà amb amanida Fruita del temps i pa	<b>30</b> Amanida de cigrons Pollastre al forn amb guarnició Fruita del temps i pa	<b>31</b> Pizza de pernil i tonyina Truita d'espinacs amb amanida Postres i pa
Suggeriment sopar	676 Kcal Prot: 39,3 HC: 106,7 Lip: 35,9 <b>Gaspatxo amb crostons de pa</b> <b>Pollastre arrebossat amb enciam i olives</b> <b>Fruita del temps</b>	885 Kcal Prot: 36,8 HC: 89,3 Lip: 39,8 <b>Mongeta tendra saltada amb pernil</b> <b>Limanda amb tomàquet</b> <b>Fruita del temps i pa</b>	747 Kcal Prot: 7,8 HC: 122,5 Lip: 20,9 <b>Amanida de patata, tonyina i ceba</b> <b>Gall dindi a la planxa amb enciam i olives</b> <b>Fruita del temps</b>	713 Kcal Prot: 40,1 HC: 89,2 Lip: 21,9 <b>Amanida quatre estacions</b> <b>Ous fregit amb patates fregides</b> <b>Fruita del temps</b>	895 Kcal Prot: 35,6 HC: 88,2 Lip: 37,9 <b>Crema de verdures amb mozzarella</b> <b>Mandonguilles vedella a la jardinera</b> <b>Fruita del temps</b>

