



## MENÚ OCTUBRE HALAL

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Setmana 2 octubre	<p>Crema de verdures (P:3.76g HC:35.80g L:5.81g)</p> <p>Filet d'abadejo amb enciams i blat de moro</p> <p>Kcal. 229 Ptr.23.60 Hdc.10.35 lip. 9.</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs amb verduretes (P:3.66g HC:35.80g L:5.71g)</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida 150gr</p> <p>Kcal = 273 Ptr = 29.47 Hdc = 14 Lip= 6.1 fruita</p>	<p>Sopa de brou vegetal (P:8.47g HC:31.24g L:3.21g)</p> <p>vedella amb verduretes 150 gr</p> <p>Kcal = 268 Ptr28.12Hdc = 7.92 Lip17.10 lacti</p>	<p>Pasta amb tomàquet Kcal = 119Ptr = 6.40Hdc = 14.33 Lip= 3.3</p> <p>Pernilets de gall dindi amb ceba i pebrot</p> <p>Kcal. 319 Pt. 19.13 Hd. 20.30 Lip. 13.93</p> <p>Fruita</p>	<p>Verdura amb patata i rajolí d'oli d'oliva (P:17.21g HC:30.22g L:3.53g)</p> <p>pollastre al forn amb enciam i olives (P:20.50g HC:4.60g L:8.10g)</p> <p>fruita</p>
2 Setmana 9 octubre	<p>Cigrons guisats eco (P:17.21g HC:30.22g L:3.53g)</p> <p>Hamburguesa de vedella al forn amb pastanaga i pèsols (P:21.52g HC:4.76g L:8.70g)</p> <p>Fruita</p>	<p>Sopa de brou cassolà (P:8.47g HC:31.24g L:3.21g)</p> <p>Truita francesa amb enciams variats i pastanaga ratllada (P:22.51g HC:3.83g L:8.97g)</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs caldós amb verduretes (P:3.76g HC:35.80g L:5.81g)</p> <p>Contracuixa de pollastre amb pastanaga (P:20.64g HC:3.18g L:8.24g)</p> <p>lacti</p>	FESTIU	<p>Mongeta verda i patata al vapor (P:17.21g HC:30.22g L:3.53g)</p> <p>Filet de rosada amb amanida variada (P:20.72g HC:3.56g L:8.87g)</p> <p>Fruita</p>
3 Setmana 16 octubre	<p>Llenties estofades eco (P:3.21g HC:38.46g L:5.10g)</p> <p>Truita amb amanida 150gr</p> <p>Kcal = 273 Ptr = 29.47 Hdc = 14 Lip= 6.</p> <p>Fruita</p>	<p>Sopa de brou vegetal (P:8.47g HC:31.24g L:3.21g)</p> <p>Filet d'abadejo amb enciam i tomàquet (P:20.72g HC:3.56g L:8.87g)</p> <p>Fruita</p>	<p>Pasta especiada (P:8.75g HC:49.63g L:4.01g)</p> <p>vedella a la jardinera (P:21.67g HC:4.81g L:8.97g)</p> <p>lacti</p>	<p>Arròs amb tomàquet (P:3.90g HC:65.80g L:5.81g)</p> <p>Pernilets de pollastre al xilindrò (P:20.64g HC:3.18g L:8.24g)</p> <p>Fruita</p>	<p>Verdura amb oli d'oliva (P:17.21g HC:30.22g L:3.53g)</p> <p>gall dindi amb ceba i pebrot Kcal. 319 Pt. 19.13 Hd. 20.30 Lip. 13.93</p> <p>Fruita</p>
4 Setmana 23 octubre	<p>Mongeta blanca estofada eco (P:15.54g HC:33.71g L:3.98g)</p> <p>Contracuixa de pollastre amb pastanaga (P:20.64g HC:3.18g L:8.24g)</p> <p>Fruita</p>	<p>Mongeta verda i patata Kcal. 239 Ptr. 22.59 Hdc. 23.37 lip. 5.50</p> <p>Botifarra de gall dindi amb pèsols (P:21.52g HC:4.76g L:8.70g)</p> <p>fruita</p>	<p>Sopa de brou casolà (P:8.47g HC:31.24g L:3.21g)</p> <p>llenguadina amb enciam i tomàquet (P:20.72g HC:3.56g L:8.87g)</p> <p>lacti</p>	<p>Arròs amb tomàquet (P:3.90g HC:65.80g L:5.81g)</p> <p>Truita de carbassó amb enciam i pastanaga ratllada (P:22.51g HC:3.83g L:8.97g)</p> <p>fruita</p>	<p>Crema de carbassa (P:3.76g HC:35.80g L:5.81g)</p> <p>Hamburguesa de vedella amb lilit de ceba (P:21,52 HC:4.79g L:9.70g)</p> <p>Fruita</p>
5 setmana 30 octubre	<p>Llenties estofades eco (P:3.21g HC:38.46g L:5.10g)</p> <p>Filet d'abadejo amb enciams i blat de moro</p> <p>Kcal. 229 Ptr.23.60 Hdc.10.35 lip. 9.</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs amb tomàquet (P:3.90g HC:65.80g L:5.81g)</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida 150gr</p> <p>Kcal = 273 Ptr = 29.47 Hdc = 14 Lip= 6.1 fruita</p>			