



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 setmana 1 Gener	FESTIU	Cigrons guisats (P:3.17g HC:22.53g L:5.22g) Bunyols de bacallà al forn amb enciams, tomàquet i pastanaga ratllada 150 gr (P:25.91g HC:12.57g L:8.67g) fruita	Arròs 3 delícies (P:3.76g HC:35.80g L:5.81g) Truita de patates amb amanida variada (P:22.51g HC:3.83g L:8.97g lacti	Pasta napolitana (P:8.75g HC:49.63g L:4.01g) Llom al forn amb verduretes Kcal: 230 P:22.74g HC:10.22g L:8.41g fruita	Verdura al vapor (P:17.21g HC:30.22g L:3.53g) Contraçuixa de pollastre al forn amb daus de pastanaga (P:20.64g HC:3.18g L:8.24g) Fruita
2 setmana 8 Gener	Llenties eco estofades (P:3.21g HC:38.46g L:5.10g) Truita de formatge amb enciam i tomàquet (P:10.08g HC:11.48g L:12.39g) Fruita	Crema de carbassó (P:3.76g HC:35.80g L:5.81g) Filet de rosada amb enciam i blat de moro Kcal. 229 Ptr. 8.30 Hdc. 21.70 lip. 2.30 Fruita	Pasta a l'orenga (P:8.75g HC:49.63g L:4.01g) Pernilets de Pollastre amb variació de pebrots (P:20.72g HC:3.56g L:8.87g) lacti	Arròs amb sofregit de tomàquet, ceba i porro P:3.76g HC:35.80g L:5.81g Calamars a l'andalussa amb amanida 150 gr Kcal. 229 Ptr. 8.30 Hdc. 21.70 lip. 2. Fruita	Verdura amb patata i rajolí d'oli d'oliva (P:17.21g HC:30.22g L:3.53g) Botifarra de porc amb pèsols Kcal: 230 P:22.74g HC:10.22g L:8.41g Fruita
3 Setmana 15 Gener	Mongeta blanca estofada eco (P:15.54g HC:33.71g L:3.98g) Bocadets de lluç amb pastanaga i olives (P:21.52g HC:4.76g L:8.70g) Fruita	Sopa de brou vegetal 250 gr Kcal. 179 Ptr. 8.15 Hdc. 24.31 lip. 2. Pernilets de gall dindi al forn amb daus de pastanaga 150gr Kcal: 237 P:21.35g HC:10.21g L:8.12g fruita	Arròs 3 delícies (P:3.76g HC:35.80g L:5.81g) Truita de patates i ceba amb amanida variada (P:22.51g HC:3.83g L:8.97g lacti	Fideus de l'avia (P:8.75g HC:49.63g L:4.01g) Filet d'abadejo amb enciam i blat de moro Kcal. 229 Ptr. 8.30 Hdc. 21.70 lip. 2.30 Fruita	Mongeta tendra amb patata (P:17.21g HC:30.22g L:3.53g) Mandonguilles de vedella a la jardinera (P:21.67g HC:4.81g L:8.97g) Fruita
4 Setmana 22 Gener	Cigrons guisats (P:3.17g HC:22.53g L:5.22g) Truita de pernil amb amanida (P:10.08g HC:11.48g L:12.39g) Fruita	Sopa de brou vegetal 250 gr Kcal. 179 Ptr. 8.15 Hdc. 24.31 lip. 2. Llenguadina amb enciam i blat de moro Kcal. 229 Ptr. 8.30 Hdc. 21.70 lip. 2.30 Fruita	Arròs caldos (P:9.51g HC:25.24g L:2.26g) Salsitxes de porc amb pastanaga dau Kcal: 230 P:22.74g HC:10.22g L:8.41g Lacti	Pasta napolitana (P:8.75g HC:49.63g L:4.01g) Bunyols de bacallà al forn amb enciam i llombarda 150 gr (P:25.91g HC:12.57g L:8.67g) fruita	Crema de verdures (P:3.76g HC:35.80g L:5.81g) Contraçuixa de pollastre al forn amb daus de pastanaga (P:20.64g HC:3.18g L:8.24g) Fruita
5 Setmana 29 Gener	Llenties eco estofades (P:3.21g HC:38.46g L:5.10g) Escalopa de pollastre amb amanida (P: 16.10g HC:4.60g L:8.50g) Fruita	Arròs amb sofregit de tomàquet, ceba i P:3.76g HC:35.80g L:5.81g Botifarra de porc amb pastanaga Kcal: 230 P:22.74g HC:10.22g L:8.41g Fruita	Pasta napolitana (P:8.75g HC:49.63g L:4.01g) Filet de rosada amb enciam i blat de moro Kcal. 229 Ptr. 8.30 Hdc. 21.70 lip. 2.30 Fruita		