

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Setmana 1 de Maig				FESTIU	Verdura amb patata i rajolí d'oli d'oliva (P:17.21g HC:30.22g L:3.53g) Gall dindi amb amanida Kcal: 245P:24g HC:10g L:8.g Fruita
2 Setmana 5 de Maig	Amanida de lleties eco Kcal 359 ptr 21 hc 33,3 lip 10,06 Ventresca de lluç forn amb daus de patata Kcal.249 Ptr. 9.30 Hdc. 21.70 lip. 2.30 Fruita	Brou vegetal amb sopa de lletres Kcal. 179 Ptr. 8.15 Hdc. 24.31 lip. 2 Hamburguesa de vedella planxa amb pastanaga Kcal: 241 P:23g HC:10.22g	Crema de verdures amb rostes Kcal 116 Ptr 6.46 Hdc = 14.33 Lip= 3 Filet de rosada amb enciam , tomàquet i olives. Kcal. 229 Ptr. 8.30 Hdc. 21.70 lip. 2.30 Lacti	JORNADA GASTRONÒMICA D'ITALIA Tallarins napolitana Kcal. 347 P:8.75g HC:49.63g L:4.01g Pollastre a la veneciana P: 19g HC:4g L:9g fruita	Bledes al vapor Kcal. 239 Ptr. 22.59 Hdc. 23.37 lip. 5.50 Truita francesa amb tall de formatge Kcal 314,62 ptr 15,2 hc 32,26 lip 15,24 Fruita
3 Setmana 12 maig	JORNADA GASTRONÒMICA D'ALEMANYA Kartoffelsupple , crema de patata Kcal = 206 Ptr = 7.25 Hdc = 35.16 Salsitxes gall dindi 150grKcal: 230 P:22.74g HC:10.22g	Amanida primavera d'espitals Kcal .340Ptr .15.10Hdc. 50.60 Lip. Filet d'abadejo amb enciam,pastanaga i olives Kcal148,6ptr 27,6 hc 4,4 lip 1,2 Fruita	Verdura al vapor Kcal. 239 Ptr. 22.59 Hdc. 23.37 lip. 5.50 Pollastre Forn amb llàmines de patata Kcal: 241 P:23g HC:10.22g L:8.41g Lacti	Arròs tres delícies Kcal.324 Ptr.13.09 Hdc.54.95 lip.6.03 Truita de patata amb enciam , col i pastanaga (P:22.51g HC:3.83g L:8.97g) Fruita	Caldereta de cigrons estofats (Kcal 371,68 P:16.17g HC:32.53g L:10.22g) Calamar andalussa al forn amb enciam i olives Kcal 229 Ptr8.30 Hdc 21.7 lip. 2 Fruita
4 Setmana 19 maig	Mongeta tendra i patata al vapor Kcal239 Ptr. 22.5 Hdc. 23.37 lip.5.50 Pollastre amb amanida P: 19g HC:4g L:9g fruita	Arròs amb salsa de tomàquet i porro Kcal.304 P:3.76g HC:35.80g L:5.81g Palets de lluç al forn amb enciam, tomàquet P:20.72g HC:3.56g L:8.87g Fruita	Saltejat de pèsols Kcal 455,9 ptr 21 hc 33,3 lip 10,06 pernilets de gall d'indi amb patates Kcal 466,26 ptr 29,62 hc 28,92 lip 14, Lacti	Brou d'au amb pasta menuda Kcal. 183 Ptr. 7.22 Hdc. 22.21 lip. 2.31 Filet de llenguadina amb espelta i amanida Kcal. 229 Ptr. 8.30 Hdc. 21.70 lip. 2.30 Fruita	Crema de carbassó Kcal = 206 Ptr = 7.25 Hdc = 35.16 Mandonguilles de vedella a jardineria Kcal = 268 Ptr28.12Hdc = 7.92 Lip17.10 Fruita
5 Setmana 26 maig	JORNADA PROTEÏNA VEGETAL Lleties amb hortalisses Kcal 455,9 ptr 21 hc 33,3 lip 10,06 Hamburguesa vegetal amb enciam i olives Kcal 484,84 ptr 22,05 hc 30,2 lip 14,43 Fruit	Fideus cassola Kcal 307,26 prt16,11 hc57,32 lip 9,52 Salsitxes gall dindi amb daus de carbassa 150grKcal: 230 P:22.74g HC:10.22g Fruita	Brou vegetal amb pistons Kcal. 179 Ptr. 8.15 Hdc. 24.31 lip. 2 Filet de rosada amb espelta enciam i blat de moro Kcal. 229 Ptr. 8.30 Hdc. 21.70 lip. 2.30 Lacti	Arròs amb salsa de pastanaga i ceba Kcal.304 P:3.76g HC:35.80g L:5.81g Truita de carbassó amb tomàquet i enciam i pastanaga Kcal 273 Ptr 29.47 Hdc = 14 Lip= 6.1 Fruita	Bròquil al vapor Kcal. 239 Ptr. 22.59 Hdc. 23.37 lip. 5.50 Crestes d'edam amb amanida variada Kcal. 246 Ptr. 8.10 Hdc. 23lip. Fruita

Menú revisat revisat per el departament de dietètica i nutrició CAT001648m



Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen
productes de màxima qualitat

Ens basem amb les guies d'alimentació saludable
de la Generalitat de Catalunya

