

MENÚ MAIG SENSE GLUTEN 2025

	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 lluç forn amb daus de patata Kcal.249 Ptr. 9.30 Hdc. 21.70 lip. 2.30 Fruita	Brou vegetal amb pasta 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 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 pasta napolitana Kcal. 347 P:8.75g HC:49.63g L:4.01g Magre a la veneciana P: 16.10g HC:4.60g L:8.50g fruita	Verdura al vapor Kcal. 239 Ptr. 22.59 Hdc. 23.37 lip. 5.50 Truita francesa 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 Frankfurt amb pèsols 150grKcal: 230 P:22.74g HC:10.22g Fruita	Amanida primavera de pasta 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) lluç forn amb verdures Kcal.249 Ptr. 9.30 Hdc. 21.70 lip. 2.30 Fruita
4 Setmana 19 maig	Mongeta tendra i patata al vapor Kcal239 Ptr. 22.5 Hdc. 23.37 lip.5.50 Llom amb amanida tricolor (P:20.72g HC:3.56g L:8.87g) Fruita	Arròs amb salsa de tomàquet i porro Kcal.304 P:3.76g HC:35.80g L:5.81g lluç amb pastanaga Kcal.249 Ptr. 9.30 Hdc. 21.70 lip. 2.30 Fruita	Saltejat de pèsols i cuit Kcal 455,9 ptr 21 hc 33,3 lip 10,06 pernilets de gall d'indi amb patatones 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 llengüadina 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 Hamburguesa de vedella planxa amb pastanaga Kcal: 241 P:23g HC:10.22g fruita
5 Setmana 26 maig	JORNADA PROTEÏNA VEGETAL Lleties amb hortalisses Kcal 455,9 ptr 21 hc 33,3 lip 10,06 Tofu marinat amb enciam i olives Kcal 259 ptr 18hc 11 lip 9 Fruit	pasta Kcal 307,26 prt16,11 hc57,32 lip 9,52 Salsitxes amb daus de carbassa 150grKcal: 230 P:22.74g HC:10.22g Fruita	Brou vegetal amb pasta Kcal. 179 Ptr. 8.15 Hdc. 24.31 lip. 2 Filet de rosada amb 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	Verdura al vapor Kcal. 239 Ptr. 22.59 Hdc. 23.37 lip. 5.50 Gall dindi amb verdures Kcal: 245P:24g HC:10g L:8.g Fruita