

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1-6			Mongeta verda i patata Pollastre a l'ast amb enciam, tomàquet i formatge Poma	Estofat de mongetes Llenguado al vapor amb albergínia logurt	Arròs amb verdures Croquetes de bacallà amb enciam i blat de moro Kiwi
7-13	Tirabuixons amb tonyina Gall d'indi a la planxa amb carxofa Kiwi	Bròcoli amb patata Mandonguilles de pollastre amb suquet Taronja	Cigrons amb verdures Lluç a la planxa amb enciam, tomàquet i olives Pera	Arròs a la cassola Pollastre al forn amb verdures Plàtan	Vichyssoise Llenguado al vapor amb carbassó logurt
14-20	Bleda amb patata Pollastre a l'allet Mandarina	Llenties estofades amb verdures Truita de patata i carbassó amb enciam i olives Poma	Arròs amb ceba i carbassó Llenguado al forn amb carbassa logurt	Puré de verdures Hamburguesa de vedella amb xampinyons Kiwi	Lasanya vegetal Lluç al forn amb tomàquet al forn Plàtan
21-27	Cigrons amb verdures Llenguado al vapor amb patata logurt	Paella de pollastre i verdures Pollastre amb samfaina Plàtan	Puré de carbassa Hamburguesa de vedella amb pèsols saltejats Taronja	Espaguetis amb salsa de formatge Lluç al forn amb carbassó Mandarina	Minestra de verdures Estofat de vedella Kiwi
28-30	Arròs tres delícies Hamburguesa de pollastre amb albergínia a la planxa Mandarina	Puré de carbassó Gall d'indi guisat Pera	Patata al forn gratinada Lluç al vapor amb carbassa Plàtan		

* La pasta , els llegums i l'arròs són productes ecològics.

Composició Nutricional per ració (NOVEMBRE):

DIES	Kcal	HC	Proteïnes	Lípids	AGS	Fibra	Gramatge total del menú
1							
2	711,16	78,89	34,67	27,53	13,60	6,44	439,41
3	675,97	35,64	74,72	22,44	11,66	8,68	824,00
4	720,09	97,10	61,41	8,10	3,32	44,28	629,17
5							
6							
7	653,00	98,04	24,99	16,15	3,84	9,77	627,50
8	665,38	55,06	31,43	35,13	14,00	9,18	500,00
9	625,89	68,40	29,19	25,71	10,10	14,07	822,00
10	652,05	72,56	35,65	23,61	4,87	15,96	585,00
11	570,16	80,88	35,53	10,60	2,35	1,87	433,00
12							
13							
14	310,92	12,32	33,12	13,55	4,78	2,94	290,00
15	1126,13	153,82	66,72	24,90	8,14	25,09	665,07
16	322,38	30,43	23,52	11,13	3,21	1,72	325,00
17	628,65	60,62	24,80	31,42	9,13	8,40	955,00
18	592,03	100,94	18,52	10,89	4,48	14,67	464,00
19							
20							
21	478,43	47,72	33,02	16,82	2,32	14,39	308,33
22	633,80	74,29	38,47	20,10	6,04	4,08	583,33
23	535,40	44,83	23,68	28,69	8,17	10,58	930,00
24	879,92	86,13	43,36	40,57	15,66	10,32	459,41
25	600,39	63,37	27,47	25,90	9,89	12,53	615,00
26							
27							
28	609,00	90,17	23,89	13,92	2,66	9,55	470,00
29	802,00	105,27	42,85	24,65	4,44	18,31	860,00
30	406,63	41,81	28,37	13,41	5,72	2,38	405,00