

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1-7		Paella de carn i verdures Lluç al forn amb carbassa Poma	Empedrat de mongeta Truita de patata i espinacs amb albergínia a la planxa logurt	Col i patata Llom guisat Pera	Macarrons amb salsa de formatge Pollastre a l'allet Kiwi
8-14	Arròs tres delícies Lluç a la planxa amb carxofa arrebossada Kiwi	Puré de xampinyons Pollastre a la planxa amb enciam i olives Maduixes	Espaguetis amb salsa de tomàquet Vedella estofada Poma	Cigrons amb verdures Croquetes de bacallà amb enciam i tomàquet i olives logurt	Amanida de mongeta verda Gall d'indi guisat Plàtan
15-21	Saltejat de pèsols Llenguado al forn amb samfaina logurt	Amanida de pasta Mandonguilles amb suquet Kiwi	Puré de pastanaga Gall d'indi al forn amb pèsols saltejats Pera	Arròs amb ceba i carbassó Lluç a la vapor amb xampinyons Plàtan	Empedrat de llenties Pollastre al forn amb tomàquet al forn Taronja
22-28	Puré de carbassa Gall d'indi guisat Poma	Coli flor amb patata Llibret de llom amb enciam, tomàquet i olives Pera	Canelons Llenguado al forn amb verdures Plàtan	Cigrons amb pernil Pollastre a l'ast Kiwi	Amanida d'arròs Vedella a la planxa amb carxofa logurt
29-31		Macarrons amb salsa de tomàquet Lluç a la romana amb carbassó Taronja	Guisat de pèsol i patata Hamburguesa de vedella amb tomàquet amanit logurt		

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

Composició Nutricional per ració (MAIG):

DIES	Kcal	HC	Proteïnes	Lípids	AGS	Fibra	Gramatge total del menú
1							
2	501,60	40,91	21,33	25,70	4,04	11,80	1040,00
3	481,41	66,64	27,61	10,81	2,56	6,69	638,33
4	1106,55	148,28	60,96	30,18	6,24	39,28	700,00
5	409,90	56,05	35,42	4,06	1,33	13,01	740,00
6							
7							
8	570,78	48,03	28,36	28,89	4,67	1,35	320,00
9	518,40	43,39	28,86	24,75	3,05	10,72	670,00
10	812,74	95,85	34,60	31,56	11,43	10,81	556,20
11	862,08	113,26	28,61	31,47	6,54	13,89	503,33
12	485,73	54,40	33,35	14,37	3,35	18,67	759,00
13							
14							
15	428,71	53,57	30,26	9,68	4,03	3,77	562,50
16	951,44	89,09	48,77	43,77	13,54	11,62	641,25
17	703,96	47,47	35,34	40,60	7,44	12,63	1070,00
18	673,84	89,55	23,28	24,12	3,84	10,27	698,00
19	866,96	107,54	75,75	13,01	1,52	22,77	675,00
20							
21							
22	663,70	56,90	34,16	32,68	6,16	19,91	1330,00
23	596,67	30,39	44,55	32,63	9,85	7,24	525,00
24	712,46	101,17	37,89	15,46	5,15	15,03	584,00
25	977,11	80,08	76,07	34,95	3,23	20,02	786,25
26	570,15	63,67	27,03	22,44	7,89	11,36	493,00
27							
28							
29	718,85	67,62	31,94	35,23	10,59	11,92	658,33
30	584,33	72,37	31,43	17,76	4,06	8,81	513,20
31	920,29	88,19	74,09	27,79	16,57	13,11	971,91