

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1-5			Tallarines amb formatge Gall d'indi a la planxa amb pastanaga Poma	Bròcoli amb patata Llom guisat logurt	Sopa juliana de verdures Croquetes de bacallà amb enciam, tomàquet i olives Plàtan
6-12	Albergínia farcida de verdures Lluç arrebossat amb enciam i olives Mandarina	Arròs a la cassola Pollastre a l'ast amb enciam i blat de moro Pera	Llenties estofades Truita de patata i espinacs amb carbassó a la planxa logurt	Macarrons bolonyesa Llenguado al forn amb carbassa Plàtan	Puré de pastanaga Vedella amb suc i verdures Kiwi
13-19	Llacets amb tonyina Gall d'indi guisat Kiwi	Minestra de verdures Mandonguilles amb suquet Poma	Arròs amb ceba i carbassó Bacallà amb samfaina Pera	Estofat mongeta blanca Pollastre al forn logurt	
20-26	Col i patata Vedella estofada Mandarina	Canelons Lluç al forn amb albergínia Taronja	Puré de carbassó Hamburguesa de pollastre amb arròs saltejat Poma	Arròs amb tomàquet Llibret de llom amb tomàquet, olives i blat de moro Kiwi	Cigrons amb espinacs Gall d'indi al forn amb puré de patata logurt
27-31	Estofat de cigrons Pollastre a la planxa amb salsa de tomàquet logurt	Puré de carbassa Llom guisat Pera	Espaguetis a la carbonara Llenguado amb suc Poma	Patata al forn gratinada amb pernil dolç Gall d'indi guisat Maduixa	Arròs amb verdures Lluç al forn amb carbassó Kiwi

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

Composició Nutricional per ració (MARÇ 2023)

DIES	Kcal	HC	Proteïnes	Lípids	AGS	Fibra	Gramatge total del menú
1	789,24	73,54	42,29	35,33	15,61	6,57	444,75
2	453,79	60,05	37,01	6,44	2,91	8,73	672,00
3	597,66	80,32	36,37	9,59	1,96	11,86	631,00
4							
5							
6	1030,48	56,76	62,59	61,12	30,33	22,76	1070,02
7	980,75	75,39	77,73	36,60	5,65	4,62	784,17
8	1353,48	181,03	75,91	36,00	10,78	24,12	920,07
9	687,85	74,71	36,21	26,15	6,60	6,09	440,63
10	711,65	50,33	26,46	45,08	12,16	10,65	1097,25
11							
12							
13	770,40	80,89	46,43	28,17	7,72	14,54	705,00
14	656,89	68,60	31,09	28,21	11,67	9,47	722,00
15	626,79	73,32	21,14	27,72	5,32	2,70	578,00
16	855,45	100,06	66,39	18,87	4,39	43,99	829,17
17	522,48	66,19	44,60	7,98	2,56	8,35	565,00
18							
19							
20	578,14	60,75	27,93	24,34	10,27	5,59	488,00
21	757,83	83,20	39,11	28,16	8,10	8,15	484,00
22	583,70	55,01	33,72	26,82	4,59	6,20	570,00
23	606,80	69,15	44,43	16,01	9,28	1,30	399,20
24	733,52	76,08	47,98	25,59	4,68	22,13	563,33
25							
26							
27	776,44	95,06	61,88	14,51	2,21	47,55	804,17
28	700,50	74,33	40,37	25,92	4,90	15,75	1240,00
29	704,26	70,94	35,28	30,13	10,47	9,46	541,33
30	449,65	41,85	34,48	15,46	5,53	14,64	760,00
31	380,00	60,10	24,25	3,98	0,92	5,86	567,50