

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

**\* 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