

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<b>1-5</b>				Estofat de mongetes Llenguado al vapor amb albergínia logurt	Arròs amb verdures Croquetes de carn d'olla amb enciam i blat de moro Fruita del temps
<b>6-12</b>	Tirabuixons amb tonyina Gall d'indi a la planxa amb carxofa Fruita del temps	Bròcoli amb patata Mandonguilles amb suquet Fruita del temps	Cigrons amb verdures Lluç a la planxa amb enciam, tomàquet i olives Fruita del temps	Arròs a la cassola Pollastre al forn amb verduretes Fruita del temps	Vichyssoise Llenguado al forn amb carbassó logurt
<b>13-19</b>	Col amb patata Pollastre a l'allet Fruita del temps	Llenties estofades Trita de patata i carbassó amb enciam i olives Fruita del temps	Arròs amb ceba i carbassó Llenguado a la planxa amb carbassa logurt	Puré de verdures Hamburguesa de vedella amb xampinyons Fruita del temps	Canelons Lluç al forn amb tomàquet al forn Fruita del temps
<b>20-26</b>	Cigrons amb pernil Llenguado al vapor amb patata logurt	Paella de carn i verdures Pollastre amb samfaina Fruita del temps	Puré de carbassa Salsitxes de porc amb pèsols saltejats Fruita del temps	Espaguetis amb salsa de formatge Lluç al vapor amb carxofa arrebossada Fruita del temps	Minestra de verdures saltejada Estofat de vedella Fruita del temps
<b>27-30</b>	Arròs tres delícies Hamburguesa de pollastre amb albergínia a la planxa Fruita del temps	Puré de carbassó Llom guisat logurt	Macarrons amb tomàquet Llenguado al vapor amb pastanaga Fruita del temps	Sopa juliana de verdures Gall dindi guisat Fruita del temps	

**\* 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	755,52	93,73	31,91	27,43	9,45	11,27	643,75
2	720,09	97,10	61,41	8,10	3,32	44,28	629,17
3	529,00	73,74	23,98	13,80	3,25	4,86	577,50
4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
6	641,76	72,09	41,27	20,17	5,13	16,73	500,00
7	646,00	68,63	32,75	26,34	10,28	12,14	870,00
8	568,30	61,71	32,87	20,48	2,89	19,41	610,00
9	532,96	76,66	33,16	8,99	0,73	5,96	433,00
10	781,48	51,46	31,96	49,30	18,66	5,25	995,00
11	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
13	241,30	28,14	7,00	11,00	1,58	8,85	510,00
14	982,08	143,76	54,34	18,66	3,49	29,26	970,00
15	480,09	47,48	28,68	19,34	4,62	6,04	595,00
16	550,20	48,97	22,71	28,98	7,26	10,75	980,00
17	592,03	100,94	18,52	10,89	4,48	14,67	464,00
18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
19	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
20	686,63	91,83	41,03	16,29	2,30	20,35	508,33
21	820,83	99,15	72,53	12,52	6,75	12,55	1163,33
22	611,40	62,03	25,28	28,69	8,21	14,58	1130,00
23	708,91	74,98	38,44	29,09	12,45	12,49	674,41
24	526,39	44,57	27,27	26,30	9,87	9,53	615,00
25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
26	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
27	621,36	67,43	34,81	18,43	3,40	5,71	510,00
28	678,40	78,47	40,77	23,93	4,20	14,75	940,00
29	461,35	55,67	39,33	8,22	3,68	10,23	460,00
30	685,93	71,49	44,38	24,05	4,32	26,18	768,33