

|       | Dilluns   | Dimarts   | Dimecres   | Dijous   | Divendres  |
|-------|---|---|--|--|--|
| 1-4   |   |   |  | Tallarines amb salsa de formatge<br>Estofat de vedella<br>Plàtan | Minestra de verdures<br>Gall d'indi guisat<br>Kiwi   |
| 5-11  | Macarrons a la bolonyesa<br>Lluç al vapor amb carbassó<br>Taronja             |   | Coliflor amb patata<br>Botifarra de porc amb tomàquet, olives i blat de moro<br>Pera |  |  |
| 12-18 | Trinxat de col i patata<br>Hamburguesa de vedella amb xampinyons<br>Mandarina | Puré de carbassó<br>Llom al forn<br>Amb enciam i blat de moro<br>Poma           | Arròs amb tomàquet<br>Lluç al forn amb carxofa<br>Taronja                            | Llenties estofades<br>Pollastre a l'allet<br>logurt              | Espirals amb salsa de formatge<br>Llenguado al vapor amb enciam, tomàquet i olives<br>Plàtan |
| 19-25 | Puré de carbassa<br>Llibrets de llom amb enciam i olives<br>Kiwi              | Estofat de mongeta blanca<br>Truita de patata amb enciam i blat de moro<br>Pera |  |  |  |
| 26-31 |   |   |  |  |  |

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

## Composició nutricional (desembre):

| DIES | Kcal    | HC     | Proteïnes | Lípids | AGS   | Fibra | Gramatge total del menú |
|------|---------|--------|-----------|--------|-------|-------|-------------------------|
| 1    | 406,63  | 41,81  | 28,37     | 13,41  | 5,72  | 2,38  | 405,00                  |
| 2    | 1012,95 | 122,95 | 40,62     | 38,93  | 19,37 | 16,20 | 652,41                  |
| 3    |         |        |           |        |       |       |                         |
| 4    |         |        |           |        |       |       |                         |
| 5    | 548,05  | 74,24  | 27,24     | 14,95  | 4,90  | 4,36  | 418,20                  |
| 6    |         |        |           |        |       |       |                         |
| 7    | 531,85  | 49,90  | 19,76     | 27,78  | 10,24 | 3,82  | 395,00                  |
| 8    |         |        |           |        |       |       |                         |
| 9    | 559,97  | 91,92  | 21,65     | 10,41  | 2,54  | 7,99  | 444,18                  |
| 10   |         |        |           |        |       |       |                         |
| 11   |         |        |           |        |       |       |                         |
| 12   | 406,72  | 30,98  | 31,21     | 17,40  | 8,22  | 6,36  | 449,00                  |
| 13   | 648,38  | 56,60  | 42,13     | 29,98  | 6,60  | 5,45  | 595,00                  |
| 14   | 447,03  | 72,68  | 23,78     | 5,92   | 2,53  | 7,98  | 403,00                  |
| 15   | 1471,85 | 199,11 | 118,13    | 16,77  | 8,56  | 26,86 | 1445,00                 |
| 16   | 289,60  | 41,04  | 17,65     | 5,62   | 1,23  | 8,66  | 400,00                  |
| 17   |         |        |           |        |       |       |                         |
| 18   |         |        |           |        |       |       |                         |
| 19   | 512,20  | 72,93  | 25,97     | 12,18  | 3,34  | 9,48  | 513,20                  |
| 20   | 326,05  | 32,68  | 26,90     | 5,68   | 2,59  | 3,58  | 395,00                  |
| 21   | 746,27  | 54,81  | 50,79     | 35,15  | 10,94 | 7,22  | 995,00                  |
| 22   | 821,45  | 103,60 | 33,74     | 29,34  | 12,23 | 7,79  | 852,50                  |
| 23   | 798,04  | 111,47 | 61,07     | 10,54  | 2,04  | 50,44 | 904,17                  |
| 24   |         |        |           |        |       |       |                         |
| 25   |         |        |           |        |       |       |                         |
| 26   | 962,75  | 77,76  | 77,06     | 33,90  | 3,25  | 18,39 | 634,58                  |
| 27   | 701,58  | 74,62  | 39,24     | 26,56  | 11,41 | 10,66 | 466,33                  |
| 28   | 1257,93 | 126,91 | 59,99     | 55,85  | 32,50 | 11,36 | 835,02                  |
| 29   | 932,75  | 78,88  | 43,86     | 48,23  | 19,23 | 9,95  | 1265,00                 |
| 30   | 610,21  | 58,63  | 41,36     | 22,70  | 6,94  | 3,21  | 420,02                  |
| 31   | 837,05  | 98,92  | 31,76     | 35,89  | 6,55  | 16,15 | 765,00                  |