

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>2</b></p> <p>Crema de carbassa Pit de gall d'indi al forn amb fines herbes Enciam i olives Pa<sup>1</sup> i postre de soja<sup>6</sup></p> <p><b>Kcal:</b> 710 <b>Prot:</b> 28g <b>Lip:</b> 29g <b>HC:</b> 77g</p>	<p><b>3</b></p> <p>Arròs amb salsa tomàquet Hamburguesa de quinoa<sup>1</sup> Enciam i blat de moro Pa<sup>1</sup> i fruita</p> <p><b>Kcal:</b> 758 <b>Prot:</b> 20g <b>Lip:</b> 26g <b>HC:</b> 86g</p>	<p><b>4</b></p> <p><b>Brou d'au amb pasta ecològica<sup>1,9</sup></b> Salmó al forn<sup>4</sup> Patata caliu Pa<sup>1</sup> i fruita</p> <p><b>Kcal:</b> 660 <b>Prot:</b> 27g <b>Lip:</b> 21g <b>HC:</b> 56g</p>	<p><b>5</b></p> <p>Cigrons estofats amb verdures Pit de pollastre arrebossat Enciam i pastanaga Pa<sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b></p> <p><b>Kcal:</b> 798 <b>Prot:</b> 38g <b>Lip:</b> 38g <b>HC:</b> 82g</p>	<p><b>6</b></p> <p>Trinxat de col i patata Llom al forn Tomàquet i remolatxa Pa<sup>1</sup> i fruita</p> <p><b>Kcal:</b> 784 <b>Prot:</b> 27g <b>Lip:</b> 33g <b>HC:</b> 84g</p>
<p><b>9</b></p> <p>Arròs amb tomàquet Filet de lluç al forn<sup>4</sup> Enciam i espàrrecs Pa<sup>1</sup> i postre de soja<sup>6</sup></p> <p><b>Kcal:</b> 745 <b>Prot:</b> 33g <b>Lip:</b> 36g <b>HC:</b> 95g</p>	<p><b>10</b></p> <p>Mongetes seques estofades Salsitxes de pollastre al forn<sup>12</sup> Enciam i cogombre Pa<sup>1</sup> i fruita</p> <p><b>Kcal:</b> 785 <b>Prot:</b> 48g <b>Lip:</b> 30g <b>HC:</b> 72g</p>	<p><b>11</b></p> <p>Mongeta tendra amb patata Fricandó de seità<sup>1</sup> amb xampinyons i pastanaga Pa<sup>1</sup> i fruita</p> <p><b>*COLONIES A ESCOLA</b></p> <p><b>Kcal:</b> 797 <b>Prot:</b> 35g <b>Lip:</b> 35g <b>HC:</b> 86g</p>	<p><b>12</b></p> <p>COLONIES</p>	<p><b>13</b></p> <p>COLONIES</p>
<p><b>16</b></p> <p>Mongeta tendra i patata Mandonguilles de quinoa<sup>1</sup> amb tomàquet i pastanaga Pa<sup>1</sup> i postre de soja<sup>6</sup></p> <p><b>Kcal:</b> 765 <b>Prot:</b> 40g <b>Lip:</b> 29g <b>HC:</b> 60g</p>	<p><b>17</b></p> <p>Patates estofades amb carn Filet de lluç al forn<sup>4</sup> Enciam i olives Pa<sup>1</sup> i fruita</p> <p><b>Kcal:</b> 735 <b>Prot:</b> 30g <b>Lip:</b> 36g <b>HC:</b> 95g</p>	<p><b>18</b></p> <p>Sopa de peix amb arròs<sup>4,9</sup> Contraeix de pollastre al forn Enciam i pastanaga Pa<sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b></p> <p><b>Kcal:</b> 638 <b>Prot:</b> 36g <b>Lip:</b> 20g <b>HC:</b> 67g</p>	<p><b>19</b></p> <p>Crema de porros Llom al forn Patates caliu Pa<sup>1</sup> i fruita</p> <p><b>Kcal:</b> 736 <b>Prot:</b> 27g <b>Lip:</b> 31g <b>HC:</b> 95g</p>	<p><b>20</b></p> <p><b>Llenties estofades amb verdures</b> Llobarro al forn<sup>4</sup> Enciam i tomàquet Pa<sup>1</sup> i fruita</p> <p><b>Kcal:</b> 778 <b>Prot:</b> 23g <b>Lip:</b> 18g <b>HC:</b> 66g</p> 
<p><b>23</b></p> <p><b>Pasta integral amb salsa tomàquet<sup>1</sup></b> Bistec de magra al forn Enciam i pastanaga Pa<sup>1</sup> i postre de soja<sup>6</sup></p> <p><b>Kcal:</b> 792 <b>Prot:</b> 31g <b>Lip:</b> 35g <b>HC:</b> 76g</p>	<p><b>24</b></p> <p>Cigrons estofats amb verdures Pollastre arrebossat Tomàquet i espàrrecs Pa<sup>1</sup> i fruita</p> <p><b>Kcal:</b> 798 <b>Prot:</b> 38g <b>Lip:</b> 38g <b>HC:</b> 82g</p>	<p><b>25</b></p> <p>Arròs amb tomàquet Bacallà al forn<sup>4</sup> Enciam i cogombre Pa<sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b></p> <p><b>Kcal:</b> 745 <b>Prot:</b> 33g <b>Lip:</b> 36g <b>HC:</b> 95g</p>	<p><b>26</b></p> <p>Brou d'au amb pistons<sup>1,9</sup> Salsitxes de pollastre<sup>12</sup> Enciam i olives Pa<sup>1</sup> i fruita</p> <p><b>Kcal:</b> 737 <b>Prot:</b> 35g <b>Lip:</b> 34g <b>HC:</b> 70g</p>	<p><b>27</b></p> <p>Bledes amb patata Daus de gall d'indi jardinera Patata, mongeta, pastanaga, pèsols Pa<sup>1</sup> i fruita</p> <p><b>Kcal:</b> 707 <b>Prot:</b> 29g <b>Lip:</b> 24g <b>HC:</b> 90g</p>
<p><b>30</b></p> <p>Llenties estofades amb verdures Salsitxes d'au al forn<sup>12</sup> Enciam i pastanaga Pa<sup>1</sup> i postre de soja<sup>6</sup></p> <p><b>Kcal:</b> 775 <b>Prot:</b> 29g <b>Lip:</b> 28g <b>HC:</b> 85g</p>	<p><b>31</b></p> <p>Espaguetis amb verdures<sup>1</sup> Filet de lluç al forn<sup>4</sup> Enciam i olives Pa<sup>1</sup> i fruita</p> <p><b>Kcal:</b> 747 <b>Prot:</b> 30g <b>Lip:</b> 36g <b>HC:</b> 95g</p>			

Tots els àpats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de gira-sol alt oleic; una vegada a la setmana es serveix pa integral; en les cremes tenen l'opció d'afegir crostons.

**AL·LÈRGENS:** GLUTEN(1) ; CRUSTACI(2) ; OU(3) ; PEIX(4) ; CACAUETS(5) ; SOJA(6) ; LLET(7) ; FRUITS AMB CLOSCA(8) ; API(9) ; MOSTASA(10) ; SÈSAM(11) ; SULFIT(12) ; TRAMUSSOS(13) ; MOLUSCS(14)