



DIA	AMANIDA	PRIMER PLAT	SEGON PLAT	POSTRE	SOPAR RECOMANAT	
1	DIMECRES	LLETUGA, TOMACA, XAMPINYÓ I PALET DE CRANC	POTATGE LLENTILLES AMB SAFANÒRIA proteïnes 40,78 (g)	MANDONGUILLES AMB VERDURETES greixos 29,81 (g)	PA I FRUITA carbohidrats 93,35 (g)	AMANIDA AMB FORMATGE / PEIX BLAU / LACTI energia 894,77 (kcal)
2	DIJOUS	LLETUGA, TOMACA, TONYINA, SOJA I OLIVA	ENTREMESOS VARIATS proteïnes 29,69 (g)	FIDEUÀ greixos 35,88 (g)	PA I NATILLA carbohidrats 110,00 (g)	PÈSOLS / VEDELLA TORRADA / FRUITA energia 971,67 (kcal)
3	DIVENDRES	LLETUGA, TOMACA, CONGOMBRE I API	TALLARINS AMB TOMACA I TONYINA proteïnes 21,30 (g)	TRUITA DE CREÏLLA I CEBA greixos 20,22 (g)	PA, IOGURT I ALMÍVAR carbohidrats 93,50 (g)	BULLLIT / EMPERADOR / SUC NATURAL energia 731,20 (kcal)
6	DILLUNS	LLETUGA, TOMACA, LLOMBARDA I SOJA	SOPA COBERTA proteïnes 24,57 (g)	SAN JACOBO AMB QUETCHUP greixos 29,75 (g)	PA I FRUITA carbohidrats 94,61 (g)	AMANIDA D' ARRÒS / CALAMAR TORRAT / LACTI SEMIDES. energia 834,47 (kcal)
7	DIMARTS	LLETUGA, TOMACA, FORMATGE I DACSA	PETXINES DE PASTA AMB BOLONYESA proteïnes 43,75 (g)	LLUÇ COSTA BRAVA greixos 26,46 (g)	PA, FRUITA I LLET carbohidrats 87,10 (g)	PURÉ DE CREÏLLA / TRUITA A LA FRANCESA / LACTI energia 851,49 (kcal)
8	DIMECRES	LLETUGA, TOMACA, OU DUR I PERNIL DOLÇ	CREMA DE BAJOQUETES VERDES proteïnes 23,42 (g)	CANELONS AMB BEIXAMEL greixos 26,81 (g)	PA, IOGURT I FRUITA carbohidrats 97,25 (g)	CONSOMÉ / PEIX TORRAT / FRUITA energia 813,94 (kcal)
9	DIJOUS	LLETUGA, TOMACA, PALET DE CRANC I OLIVA	ASSORTIMENT DE FIAMBRES proteïnes 16,74 (g)	ARRÒS AL FORN greixos 41,36 (g)	PA I FRUITA carbohidrats 130,41 (g)	TAPIOCA / LLOM TORRAT / LACTI SEMIDES. energia 1050,83 (kcal)
10	DIVENDRES	LLETUGA, TOMACA, TONYINA I CEBA	POTATGE DE FESOLS AMB XORIÇ proteïnes 29,80 (g)	TRUITA DE PERNIL DOLÇ I XAMPINYONS greixos 28,05 (g)	PA, FRUITA I LLET carbohidrats 66,48 (g)	PURÉ DE SAFANÒRIA / PIZZA CASOLANA / LACTI energia 727,55 (kcal)
13	DILLUNS	LLETUGA, TOMACA, LLOMBARDA I API	GUISAT DE CREÏLLA AMB VERDURES proteïnes 32,74 (g)	FRANKFURT AMB QUETCHUP greixos 38,31 (g)	PA I NATILLA carbohidrats 62,35 (g)	AMANIDA DE TOMACA I TONYINA / OU ESCALDAT / FRUITA energia 815,12 (kcal)
14	DIMARTS	LLETUGA, TOMACA, ESPÀRREC I PERNIL DOLÇ	CREMA PARMENTIER proteïnes 23,00 (g)	DONUT DE LLUÇ AMB MAIONESA greixos 38,06 (g)	PA, FRUITA I LLET carbohidrats 76,07 (g)	SOPA DE POLLASTRE / XULLES DE CORDER / LACTI energia 828,82 (kcal)
15	DIMECRES	LLETUGA, TOMACA, SOJA Y DACSA	MACARRONS A LA NAPOLITANA proteïnes 23,00 (g)	TRUITA DE CREÏLLA I TONYINA greixos 20,59 (g)	PA, FRUITA I LLET carbohidrats 99,60 (g)	BULLLIT / EMPERADOR / GELATINA energia 765,64 (kcal)
16	DIJOUS	LLETUGA, TOMACA, CONGOMBRE I REMOLATXA	RODA DE FIAMBRES proteïnes 29,43 (g)	PAELLA VALENCIANA greixos 29,62 (g)	PA, IOGURT I ALMÍVAR carbohidrats 122,74 (g)	SOPA DE VERDURES / CROQUETES CASOLANES / FRUITA energia 965,25 (kcal)
17	DIVENDRES	LLETUGA, TOMACA, SAFANÒRIA I FORMATGE	POTATGE LLENTILLES AMB SAFANÒRIA proteïnes 41,18 (g)	POLLASTRE AL FORN EN EL SEU SUC AMB PAPES greixos 26,40 (g)	PA I FRUITA carbohidrats 99,34 (g)	SÉMOLA / PEIX BLAU / LACTI energia 889,67 (kcal)
20	DILLUNS	LLETUGA, TOMACA, ESPÀRREC I XAMPINYÓ	SOPA DE PEIX AMB MERAVELLA proteïnes 35,61 (g)	ESCALOPA DE PORC AMB QUETCHUP greixos 25,48 (g)	PA, FRUITA I LLET carbohidrats 68,78 (g)	VERDURES TORRADES / PEIX TORRAT / LACTI energia 736,90 (kcal)
21	DIMARTS	LLETUGA, TOMACA, DACSA I TONYINA	ARRÒS BLANC AMB TOMACA proteïnes 24,36 (g)	PERNIL DOLÇ I FORMATGE grasas 20,59 (g)	PA, FLAM I GAL·LETA carbohidrats 120,25 (g)	AMANIDA SENCERA / CROQUETES DE BACALLÀ / FRUITA energia 853,73 (kcal)
22	DIMECRES	LLETUGA, TOMACA, OU DUR I API	POTATGE DE CIGRONS AMB XORIÇ proteïnes 23,72 (g)	TRUITA DE CREÏLLA I CEBA greixos 24,27 (g)	PA, FRUITA I LLET carbohidrats 78,78 (g)	BULLLIT / SÍPIA TORRADA / SUC NATURAL energia 718,40 (kcal)
23	DIJOUS	LLETUGA, TOMACA, CEBA I SAFANÒRIA	ENTREMESOS VARIATS proteïnes 26,33 (g)	FIDEUÀ greixos 31,66 (g)	PA I FRUITA carbohidrats 100,49 (g)	PURÉ DE CREÏLLA / PIT DE TITOT / LACTI energia 882,18 (kcal)
24	DIVENDRES	LLETUGA, TOMACA, SOJA I OLIVA	PETXINES DE PASTA AMB TOMACA I TONYINA proteïnes 32,24 (g)	LLUÇ A LA MARINERA greixos 16,11 (g)	PA, IOGURT I FRUITA carbohidrats 87,85 (g)	PÈSOLS / TRUITA A LA FRANCESA / GELATINA energia 715,31 (kcal)
27	DILLUNS	LLETUGA, TOMACA, REMOLATXA I API	SOPA D' AU A LA REINA proteïnes 28,19 (g)	LLONGANISSES AMB TOMACA greixos 35,02 (g)	PA I FRUITA carbohidrats 69,52 (g)	MINESTRA DE VERDURES / LLUÇ A LA ROMANA / SUC NATURAL energia 796,06 (kcal)
28	DIMARTS	LLETUGA, TOMACA, FORMATGE I LLOMBARDA	CREMA D' ESPÀRRECS proteïnes 34,05 (g)	POLLASTRE FORN EN EL SEU SUC AMB PÈSOLS greixos 32,90 (g)	PA, FRUITA I LLET carbohidrats 62,35 (g)	SOPA DE VERDURES / EMPERADOR TORRAT / LACTI energia 771,72 (kcal)
29	DIMECRES	LLETUGA, TOMACA, PALET DE CRAN I COGOMBRE	MACARRONS AMB BOLONYESA proteïnes 30,02 (g)	TRUITA DE PERNIL DOLÇ I XAMPINYONS greixos 29,00 (g)	PA, IOGURT I ALMÍVAR carbohidrats 92,12 (g)	PURÉ DE SAFANÒRIA / HAMBURGUESA DE POLLASTRE / FRUITA energia 839,53 (kcal)

Alimentant la teua imaginació