

## Dilluns

**2** 398 Kcal 10,43 Gr 0,00 AGS 21,41 Prot 53,76 HC  
Tallarines amb tomàquet i formatge  
1T-2T-3T

Abadejo al forn 4T  
Xampinyons saltats  
Pa integral 1T-8T  
Fruita

**9** 417 Kcal 14,65 Gr 0,00 AGS 17,36 Prot 53,57 HC

Arròs amb tomàquet  
Pit de pollastre arrebossat (sense  
al·lèrgens) 3T-8T  
Enciam i llavors de gira-sol 9T  
Pa integral 1T-8T  
Fruita

**16** 494 Kcal 16,57 Gr 0,00 AGS 16,59 Prot 68,04 HC

Espirals amb tomàquet i formatge  
1T-2T-3T  
Varetes de lluç 1T-4T-8T-11T

Enciam i tomàquet  
Pa integral 1T-8T  
Fruita

**23** 457 Kcal 17,24 Gr 0,00 AGS 16,97 Prot 56,20 HC

Llenties amb arròs

Hamburguesa de coliflor i formatge  
1T-2T-3T-12T  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral 1T-8T  
Fruita

**30** 513 Kcal 18,21 Gr 0,00 AGS 15,68 Prot 69,45 HC

Macarrons amb tomàquet i formatge  
ratllat 1T-2T-3T  
Croquetes de bacallà 1T-2T-3T-4T-5T-6T-8T  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral 1T-8T  
Fruita

## Dimarts

**3** 369 Kcal 9,08 Gr 0,00 AGS 13,27 Prot 56,83 HC  
Cigrons amb patata i oli d'oliva

Truita francesa 3  
Enciam i tomàquet  
Pa integral 1-8  
Gelat maduixa

**10** 296 Kcal 8,49 Gr 0,00 AGS 18,23 Prot 33,46 HC

Llenties estofades amb verdures  
Filet de lluç meunière 4-13

Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral 1-8  
logurt natural 2

**17** 322 Kcal 12,01 Gr 0,00 AGS 9,99 Prot 39,49 HC

Crema de carbassa i mongeta seca 13

Truita de patates 3

Enciam i olives negres  
Pa integral 1-8  
logurt natural 2

**24** 310 Kcal 9,35 Gr 0,00 AGS 11,30 Prot 42,79 HC

Mongeta tendra, patata i pastanaga

Filet de lluç al forn amb all i julivert 4  
Patates xips  
Pa integral 1-8  
Fruita

## Dimecres

**4** 326 Kcal 13,79 Gr 0,00 AGS 16,56 Prot 30,82 HC  
Crema de carbassó

Salmó al forn 4  
Enciam i pastanaga ratllada  
Pa integral 1-8  
Fruita

**11**



**18** 392 Kcal 8,46 Gr 0,00 AGS 11,00 Prot 64,72 HC

Arròs amb verdures i tomàquet

Hamburguesa de cigrons i pollastre 8-13

Enciam i blat de moro  
Pa integral 1-8  
Fruita

**25** 405 Kcal 13,57 Gr 0,00 AGS 16,10 Prot 52,75 HC

Amanida de pasta (amb salsa)  
1-2T-3-4-5T-8T-10T  
Truita francesa 3

Enciam i blat de moro  
Pa integral 1-8  
logurt natural 2

## Dijous

**5** 358 Kcal 9,16 Gr 0,00 AGS 20,04 Prot 48,16 HC

Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de  
moro i pèsols) 8  
Pernilets de pollastre a l'allet  
Enciam i olives negres  
Pa integral 1-8  
Fruita

**12** 493 Kcal 16,87 Gr 0,00 AGS 14,58 Prot 68,83 HC

Llaços amb pesto 1-3T-9  
Truita de carbassó i patata 3

Enciam i olives negres  
Pa integral 1-8  
Fruita

**19** 362 Kcal 11,15 Gr 0,00 AGS 19,86 Prot 48,26 HC

Cigrons estofats amb verdures

Bacallà amb samfaina 1-4-13T

Pa integral 1-8  
Fruita

**26** 299 Kcal 5,48 Gr 0,00 AGS 11,32 Prot 50,16 HC

Arròs amb xampinyons i tomàquet

Filet de lluç al forn amb all i julivert 4

Enciam i llavors de gira-sol 9  
Pa integral 1-8  
Fruita

## Divendres

**6** 312 Kcal 8,06 Gr 0,00 AGS 11,82 Prot 46,14 HC  
Mongeta tendra, patata i pastanaga

Filet de lluç amb samfaina 1-4-8T-12T

Pa integral 1-8  
Fruita

**13** 286 Kcal 10,15 Gr 0,00 AGS 12,87 Prot 33,59 HC

Crema de pastanaga  
Hamburguesa de vedella a la planxa  
8T-13

Enciam i blat de moro  
Pa integral 1-8  
Fruita

**20** 286 Kcal 5,49 Gr 0,00 AGS 16,61 Prot 39,70 HC

Bròquil i patata

Gall d'indi estofat amb pastanaga,  
pèsols i xampinyons

Pa integral 1-8  
Fruita

**27** 379 Kcal 10,02 Gr 0,00 AGS 24,44 Prot 46,49 HC

Cigrons amb patata i oli d'oliva

Pernilets de pollastre al forn

Enciam i tomàquet  
Pa integral 1-8  
Fruita

AL·LÈRGENS (T-Trazas): 1-Gluten 2-Llet i derivats (inclosa lactosa) 3-Ou 4-Peix 5-Crustacis 6-Mol·luscs 8-Soja 9-Fruits secs de closca 10-Api 11-Mostassa 12-Sèsam 13-Sulfits 14-Tramussos 61-Calamar 88-Gluten,ou,llet,peix,crustaci,mol·lusc,fruits de clofolla i sèsam. 90-Peix,crustaci,mol·lusc,fruits de clofolla 91-Gluten,ou,peix,crustaci,mol·lusc,fruits de cl

LA CUINA ES RESERVA EL DRET A FER UN CANVI A ÚLTIM MOMENT, AVISANT PER E-MAIL ALS CENTRES.  
EN COMPLIMENT AL REGLAMENT NÚM. 1169/2011 (UE) SOBRE LA INFORMACIÓ ALIMENTÀRIA FACILITADA AL CONSUMIDOR, LA VOSTRA CUINA DISPOSA DE LA INFORMACIÓ SOBRE ELS AL·LÈRGENS DELS ALIMENTS QUE COMPONEN ELS MENÚS QUE S'ELABOREN.  
PLAT CALENT: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ > 0 = 63°C. ES MANTÉ A L'ARMARI FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.  
PLAT FRED: TEMPERATURA DE CONSERVACIÓ < 0 = 8°C. ES MANTÉ A LA NEVERA FINS AL MOMENT DE SERVIR-HO.  
TOT EL MENJAR ÉS PER A CONSUM IMMEDIAT.