

DESEMBRE

2017



VALORACIÓ NUTRICIONAL

PER SOPAR SUGGERIM...



VALORACIÓ NUTRICIONAL

PER SOPAR SUGGERIM...



VALORACIÓ NUTRICIONAL

PER SOPAR SUGGERIM...

DIETA: Arròs o patata bullida/Filet de carn o peix planxa/ Fruita o iogurt

Els menús poden variar segons l'oferta de productes al mercat

DILLUNS 4

MACARRONS AMB TONYINA I FORMATGE LLOM I AMANIDA

FRUITA DEL TEMPS

Kca: 464,66-Prot: 33,52
Hdc: 42,34-Lip: 17,92

Sopa de fideus
Truita francesa
i pa amb tomàquet
Peça de fruita

DIMARTS 5

MONGETES TÈDRES PERONES AMB PATATES FILET DE LLUÇ PLANXA I PATATES PALLA

FRUITA DEL TEMPS

Kca: 571,05-Prot: 26,06
Hdc: 60,06-Lip: 25,17

Pit de pollastre a la planxa amb amanida de canonges i daus de poma
Natilles

DIMECRES 6

FESTIU

DIA DE LA CONSTITUCIÓ

DIJOUS 7

FESTIU

DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ ATORGAT PEL DEPARTAMENT D'ENSENYAMENT

DIVENDRES 8

FESTIU

DIA DE LA IMMACULADA CONCEPCIÓ

DILLUNS 11

LLENTIES ESTOFADES AMB PERNIL CALAMARS A L'ANDALUSA I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS

Kca: 522,83-Prot: 40,24
Hdc: 54,31-Lip: 16,07

Minestra de verdures
Croquetes de carn d'olla
iogurt amb mel

DIMARTS 12

CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS DE PA ESCALOPA VEDELLA AMB AMANIDA I DAUS PERNIL FRUITA DEL TEMPS

Kca: 459,55-Prot: 30,79
Hdc: 31,5-Lip: 23,37

Sopa de peix
Gall dind i patata al caliu
Moniato al forn

DIMECRES 13

ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET I OU DUR SALSITXES I AMANIDA IOGURT

Kca: 644,66-Prot: 27,67
Hdc: 51,84-Lip: 36,29

Pizza casolana
Peça de fruita

DIJOUS 14

BROU DE POLLASTRE AMB VERDURES I PASTA PIT DE POLLASTRE I PATATES FREGIDES FRUITA DEL TEMPS

Kca: 448,43-Prot: 27,35
Hdc: 44,5-Lip: 17,88

Pèsols saltejats amb pernil
Amanida de tomàquet
i daus de formatge
Suc de taronja

DIVENDRES 15

PATATES ESTOFADES AMB INDIOT FILET DE LLUÇ I PATATES PALLA FRUITA DEL TEMPS

Kca: 516,5-Prot: 31,8
Hdc: 59,8-Lip: 17,67

Crema de porro
i patata
Truita d'espínacs
Peça de fruita

DILLUNS 18

ESPIRALS AMB TOMÀQUET I FORMATGE BARRETES DE LLUÇ I AMANIDA FRUITA DEL TEMPS

Kca: 495,96-Prot: 26,18
Hdc: 58,82-Lip: 17,32

Remenat d'ou
i verdures
Flam amb galetes

DIMARTS 19

PÈSOLS AMB PATATES MANDONGUILLES AMB SALSA AMB SALSA FRUITA DEL TEMPS

Kca: 512,39-Prot: 26,25
Hdc: 45,76-Lip: 24,92

Crema de moniato
Amanida de tomàquet
Kiwi

DIMECRES 20

ESCUDELLA DE NADAL CUIXETES DE POLLASTRE ROSTIDES I PASES IOGURT

Kca: 501,08-Prot: 31,07
Hdc: 48,32-Lip: 20,38

Sopa de ceba
Ou ferrat i xips
pastanaga
Pinya

DIJOUS 21

FESTIU JORNADA ELECTORAL

Eleccions al Parlament de Catalunya



DIVENDRES 22

TRUITA DE PATATES I AMANIDA LLOM AMB TOMÀQUET AMANIT TORTELL DE REIS

Kca: 407,28-Prot: 31,46
Hdc: 33,42-Lip: 16,66

Crema de verdures
Pollastre planxa
Peça de fruita

BONES FESTES !