


<p>01</p> <p>Macarrons amb salsa bolonyesa</p> <p>Sèpia amb verduretes</p> <p>Fruita del temps</p> <p>650,2Kcal - Prot:32,0g - Lip:19,2g - HC:84,6g</p>	<p>02</p> <p>Verdura del temps</p> <p>Pernilets de pollastre amb daus de poma rostits</p> <p>logurt</p> <p>600,1Kcal - Prot:29,0g - Lip:17,7g - HC:61,8g</p>	<p>03</p> <p>Empedrat de mongetes blanques (tonyina i olives)</p> <p>Truita a la francesa amb enciam i olives</p> <p>Fruita del temps</p> <p>773,0Kcal - Prot:22,0g - Lip:40,0g - HC:77,0g</p>	<p>04</p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Lluç al forn amb picada d'all i julivert i amanida de tomàquet i blat de moro</p> <p>Fruita del temps</p> <p>773,0Kcal - Prot:22,0g - Lip:40,0g - HC:77,0g</p>	
<p>07</p> <p>Vichyssoise amb crostons de pa</p> <p>Llom a la planxa amb xips de verdures</p> <p>Fruita del temps</p> <p>609,1Kcal - Prot:28,9g - Lip:18,8g - HC:64,3g</p>	<p>08</p> <p>Llenties estofades</p> <p>Truita de patata amb tomàquet natural i olives</p> <p>Fruita del temps</p> <p>648,2Kcal - Prot:20,7g - Lip:25,2g - HC:55,1g</p>	<p>09</p> <p>Mongeta verda amb patata</p> <p>Mandonguilles de vedella amb salsa de tomàquet</p> <p>logurt</p> <p>630,8Kcal - Prot:22g - Lip:28,3g - HC:56,3g</p>	<p>10</p> <p>Espaguetis ECO a la carbonara </p> <p>Salmó al forn amb amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Fruita del temps</p> <p>705,0Kcal - Prot:31,2g - Lip:31,7g - HC:70,7g</p>	<p>11</p> <p>Amanida d'arròs (palet de cranc, olives i pinya)</p> <p>Pit de pollastre al forn amb amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita del temps</p> <p>682,5Kcal - Prot:26,9g - Lip:33,2g - HC60,3g</p>
<p>14</p> <p>Fideuà</p> <p>Bacallà al forn amb allets i amb amanida de tomàquet i olives</p> <p>Fruita del temps</p> <p>594,9Kcal - Prot:23,5g - Lip:21,4g - HC:73,7g</p>	<p>15</p> <p>Verdura tricolor</p> <p>Salsitxes de porc a la planxa amb flamet d'arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Fruita del temps</p> <p>646,1Kcal - Prot:22,6g - Lip:26,2g - HC:74,9g</p>	<p>16</p> <p>Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge</p> <p>Lluç arrebossat amb amanida d'enciam</p> <p>logurt</p> <p>658,5Kcal - Prot:21,8g - Lip:19,8g - HC:69,8g</p>	<p>17</p> <p>Arròs saltejat amb xampinyons</p> <p>Cuixa de pollastre al forn amb amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita del temps</p> <p>569,9Kcal - Prot:34,1g - Lip:25,0g - HC:48g</p>	<p>18</p> <p>Cigrons amb verdures</p> <p>Truita de carbassó amb amanida de tomàquet i olives</p> <p>Fruita del temps</p> <p>653,1Kcal - Prot:19,1g - Lip:25,2g - HC:72,1g</p>
<p>21</p> <p>Ensaladilla russa amb maionesa</p> <p>Gall dindi amb salsa de ceba i crema de llet</p> <p>Fruita del temps</p> <p>581,1Kcal - Prot:15,7g - Lip:23,0g - HC:68,1g</p>	<p>22</p> <p>JORNADA FÍ DE CURS</p> <p>Amanida complerta (enciams variats, tomàquet, pastanaga, blat de moro, olives, col llombarda i ou dur)</p> <p>Pizza casolana</p> <p>Vaset de gelat</p>			
		<p>EL PA ÉS LOCAL I ESTA INCLÒS EN TOTS ELS ÀPATS.</p>	<p>LA FRUITA ÉS DE TEMPORADA. LA VARIETAT D'AQUEST MES : POMA, PERA, PLÀTAN, TARONJA. MADUIXES, SÍNDRIA I MELÓ.</p>	<p>L'OLI D'OLIVA QUE ES SERVEIX ÉS VERGE EXTRA.</p>