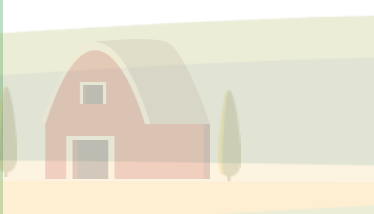


DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
02	03	04	05	06
Crema de carbassó amb crostons	Llenties estofades amb carbassa	Coliflor al vapor amb patates	Arròs tres delícies	Arròs tres delícies
Llacets amb bolonyesa texturitzada	Truita francesa	Pernilets de pollastre al forn	Porc amb salsa de poma	Lluç a l'andalusa casolà
-	Enciam i olives	Enciam i tomàquet	Enciam i blat de moro	Samfaina
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i iogurt natural	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca
Kcal: 630,146 prot (g): 23,864 lip (g): 10,541 hc (g): 105,598	Kcal: 614,306 prot (g): 28,3 lip (g): 22,835 hc (g): 68,193	Kcal: 593,057 prot (g): 39,871 lip (g): 26,109 hc (g): 46,639	Kcal: 760,553 prot (g): 40,484 lip (g): 24,104 hc (g): 92,251	Kcal: 667,092 prot (g): 30,408 lip (g): 17,603 hc (g): 93,851
09	10	11	12	13
Verdura tricolor al vapor (mongeta tendra, pastanaga i patata)	Macarrons a la carbonara	Cigrons estofats amb patates	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Bledes saltades amb pastanaga i xampinyons a la gallega
Llenties estofades amb arròs	Peix carboner al forn amb all i julivert	Estofat de vedella a la jardineria	Contracuixa de pollastre al forn/planxa	Truita de patata i ceba
-	Enciam i pastanaga	-	Enciam i blat de moro	Rodes de tomàquet i olives negres
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i iogurt natural	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca
Kcal: 586,788 prot (g): 21,773 lip (g): 8,113 hc (g): 98,069	Kcal: 653,664 prot (g): 36,992 lip (g): 23,493 hc (g): 71,466	Kcal: 629,648 prot (g): 40,935 lip (g): 15,846 hc (g): 74,607	Kcal: 664,459 prot (g): 33,434 lip (g): 22,59 hc (g): 78,544	Kcal: 602,494 prot (g): 16,089 lip (g): 21,28 hc (g): 76,533
16	17	18	19	20
Crema de pastanaga amb formatge ratllat	Arròs tres delícies	Sopa casolana d'au amb pistons	Trinxat de col amb patates	Mongetes seques saltades amb ceba i pastanaga
Espirals amb bolonyesa de soja texturitzada	Gall sant pere al forn/planxa	Cigrons saltats amb ceba i bacon	Pernilets de pollastre al forn amb fines herbes	Truita de formatge
-	Enciam i blat de moro	-	Enciam i tomàquet	Enciam i blat de moro
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i iogurt natural
Kcal: 675,746 prot (g): 27,374 lip (g): 14,186 hc (g): 104,218	Kcal: 590,913 prot (g): 26,35 lip (g): 14,251 hc (g): 86,631	Kcal: 609,03 prot (g): 26,989 lip (g): 12,857 hc (g): 89,651	Kcal: 590,282 prot (g): 36,299 lip (g): 22,99 hc (g): 55,075	Kcal: 651,373 prot (g): 33,449 lip (g): 28,011 hc (g): 58,744
23	24	25	26	27
Verdura tricolor al vapor (mongeta tendra, pastanaga i patata)	Crema de carbassó	Pèsols amb patates saltats	Espaguetis a la florentina (espinacs i beixamel)	MENÚ ESPECIAL LA MONA Arròs amb salsa de tomàquet
Mandonguilles mixtes amb xampinyons	Cigrons amb salsa de tomàquet	Estofat de gall dindi	Truita de tonyina	Bunyols de bacallà
-	-	Enciam i tomàquet	Enciam i pastanaga	Enciam i olives
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i iogurt natural	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/ integral i postre especial mona
Kcal: 592,769 prot (g): 18,832 lip (g): 21,697 hc (g): 75,092	Kcal: 506,663 prot (g): 20,405 lip (g): 12,649 hc (g): 72,098	Kcal: 655,62 prot (g): 39,418 lip (g): 22,409 hc (g): 65,481	Kcal: 735,539 prot (g): 30,67 lip (g): 29,782 hc (g): 81,86	Kcal: 552,346 prot (g): 8,823 lip (g): 24,155 hc (g): 73,286
30	31	01	02	03
				

SETMANA SANTA

La ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida més saludable, inclusiva i sostenible

01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprenem hàbits saludables per a tota la vida.

02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprenem a conviure, respectar i celebrar la diversitat.

03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir cura del planeta amb cada mos.

04 Joc

Aprendre jugant és més divertit! El migdia és el nostre moment per riure i descobrir junts.

RECOMANADOR DE SOPARS

PRIMERS PLATS

 Si a l'escola el primer plat era...

 Verdura

 Pasta/Arròs

 Llegums

 Per sopar pot ser...

 Pasta/Arròs

 Verdura

 Verdura  Pasta/Arròs

SEGONS PLATS

 Si a l'escola el segon plat era...

 Ou

 Peix

 Llegums

 Carn

 Per sopar pot ser...

 Carn  Peix

 Ou  Carn

 Peix  Ou

 Ou  Peix

 Fruita

 Lacti

Pots consultar la declaració d'al·lèrgens per plats en el llistat adjunt a aquest menú.