



DILLUNS	Dia 2	DILLUNS	Dia 9	DILLUNS	Dia 16	DILLUNS	Dia 23	DILLUNS	Dia 30
<i>No hi ha servei</i>		Espaguetis italiana (sofregit, format)		Mongeta tendra i patata (oli oliva)		Col i patata gratinada		Crema de pastanaga (pastanaga, patata, ceba)	
		Ous durs farcits de tonyina i tomàquet amanit		Truita de gambetes tomàquet i sèsam		Salsitxes (porc) amb suc de tomàquet		Arròs amb pernil i salsitxa (sofregit i pernil cuit)	
		Pa i fruita del temps (*)		Pa i iogurt (del Bages)		Pa i fruita del temps (*)		Pa i fruita del temps (*)	
		<b>INFORMACIÓ NUTRICIONAL per100 g:</b> 921 Kcal		<b>INFORMACIÓ NUTRICIONAL per100 g:</b> 723 Kcal		<b>INFORMACIÓ NUTRICIONAL per100 g:</b> 805 Kcal		<b>INFORMACIÓ NUTRICIONAL per100 g:</b> 798 Kcal	
		Proteïnes (g): 40 Hidrats (g): 106 Greixos (g): 36		Proteïnes (g): 34 Hidrats (g): 82 Greixos (g): 28		Proteïnes (g): 13 Hidrats (g): 92 Greixos (g): 49		Proteïnes (g): 22 Hidrats (g): 137 Greixos (g): 17	
DIMARTS	Dia 3	DIMARTS	Dia 10	DIMARTS	Dia 17	DIMARTS	Dia 24		
Macarrons (pasta ecològica) gratinats (sofregit, carn, llet, forma)		Sopa de peix (lluç, calamars, sípia, sofregit, )		Fideus a la cassola (sofregit, costella)		Crema de porros (porros, patates, cebes)			
Filets de lluç arrebossats amb enciam i olives		Pastissos carn casolans (vedella porc formatge) enciam olives i soja		Filets de bacallà gratinat ( cebes, picada)		Pizza (casolana ) de pernil cuit i xamp			
Pa i fruita del temps (*)		Pa i fruita del temps (*)		Pa i fruita del temps (*)		Pa i fruita del temps (*)			
<b>INFORMACIÓ NUTRICIONAL per100 g:</b> 878 Kcal		<b>INFORMACIÓ NUTRICIONAL per100 g:</b> 754 Kcal		<b>INFORMACIÓ NUTRICIONAL per100 g:</b> 896 Kcal		<b>INFORMACIÓ NUTRICIONAL per100 g:</b> 848 Kcal			
Proteïnes (g): 42 Hidrats (g): 109 Greixos (g): 31		Proteïnes (g): 45 Hidrats (g): 74 Greixos (g): 34		Proteïnes (g): 51 Hidrats (g): 111 Greixos (g): 26		Proteïnes (g): 27 Hidrats (g): 105 Greixos (g): 34			
DIMECRES	Dia 4	DIMECRES	Dia 11	DIMECRES	Dia 18	DIMECRES	Dia 25		
Sopa de brou (verdura, gallina, ossos vedella i porc, pasta)		Arròs (ecològic) amb tomàquet (sofregit)		Macedònia de verdures (cols b., mongeta t., pèsols, pastanaga)		Cigrons amanits (oli oliva) ecològics			
Cuixes pollastre al forn (sofregit) amb ceba		Llenguado arrebossat amb enciam i pastanaga		Pits de gall dindi arrebossats amb enciam i blat de moro		Filets de lluç al forn (sofregit, picada)			
Pa i fruita del temps (*)		Pa i iogurt (del Bages)		Pa i fruita del temps (*)		Pa i fruita del temps (*)			
<b>INFORMACIÓ NUTRICIONAL per100 g:</b> 669 Kcal		<b>INFORMACIÓ NUTRICIONAL per100 g:</b> 840 Kcal		<b>INFORMACIÓ NUTRICIONAL per100 g:</b> 723 Kcal		<b>INFORMACIÓ NUTRICIONAL per100 g:</b> 748 Kcal			
Proteïnes (g): 40 Hidrats (g): 79 Greixos (g): 20		Proteïnes (g): 38 Hidrats (g): 111 Greixos (g): 27		Proteïnes (g): 49 Hidrats (g): 85 Greixos (g): 19		Proteïnes (g): 43 Hidrats (g): 101 Greixos (g): 18			
DIJOUS	Dia 5	DIJOUS	Dia 12	DIJOUS	Dia 19	DIJOUS	Dia 26		
Cigrons amb bledes ( oli oliva)		Pèsols amb patates (oli oliva)		Arròs a la juliana (sofregit, m. tendra, col-i-flor, pastanaga, pèsols)		Brou de carn (verdura, ossos vedella i pollastre, pasta)			
Truita de ceba i patata tomàquet i blat de m.		Pollastre rostit amb tomàquet a. i pipes		Medallons de lluç al forn (ceba)		Cuixes de pollastre fregides i patates rodones			
Pa i iogurt (del Bages)		Pa i fruita del temps (*)		Pa i fruita del temps (*)		Pa i flam			
<b>INFORMACIÓ NUTRICIONAL per100 g:</b> 886 Kcal		<b>INFORMACIÓ NUTRICIONAL per100 g:</b> 651 Kcal		<b>INFORMACIÓ NUTRICIONAL per100 g:</b> 799 Kcal		<b>INFORMACIÓ NUTRICIONAL per100 g:</b> 572 Kcal			
Proteïnes (g): 42 Hidrats (g): 103 Greixos (g): 34		Proteïnes (g): 32 Hidrats (g): 96 Greixos (g): 14		Proteïnes (g): 34 Hidrats (g): 113 Greixos (g): 23		Proteïnes (g): 30 Hidrats (g): 95 Greixos (g): 7			
DIVENDRES	Dia 6	DIVENDRES	Dia 13	DIVENDRES	Dia 20	DIVENDRES	Dia 27		
Arròs amb calamars (sofregit, calamars, porc)		Crema de carbassa (carbassa, patata, pastanaga, torrades)		Llenties guisades (sofregit, arròs)		Tallarines (sofregit, formatge)			
Fricandó de vedella al forn amb xampinyons (sofregit, picada)		Llom al forn (sofregit picada)		Hamburgueses casolanes amb suc (vedella, porc, ceba)		Truita de carbassó amb enciam i pastanaga ratllada			
Pa i fruita del temps (*)		Pa i fruita del temps (*)		Pa i fruita del temps (*)		Pa i fruita del temps (*)			
<b>INFORMACIÓ NUTRICIONAL per100 g:</b> 823 Kcal		<b>INFORMACIÓ NUTRICIONAL per100 g:</b> 621 Kcal		<b>INFORMACIÓ NUTRICIONAL per100 g:</b> 885 Kcal		<b>INFORMACIÓ NUTRICIONAL per100 g:</b> 816 Kcal			
Proteïnes (g): 42 Hidrats (g): 118 Greixos (g): 14		Proteïnes (g): 30 Hidrats (g): 65 Greixos (g): 43		Proteïnes (g): 50 Hidrats (g): 103 Greixos (g): 34		Proteïnes (g): 32 Hidrats (g): 97 Greixos (g): 33			

\* Les fruites del temps que s'ofereixen al llarg del mes (sense repetició d'elles en una mateixa setmana) són: pera, plàtan, taronja, poma, mandarina, pinya, kiwis, meló. No les proposem dins la graella, perquè depèn de la seva disponibilitat en el mercat.

