



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres	I. Nutricional
			1 Sopa marinera de peix amb pasta Magre estofat amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita i pa Fish soup with pasta Pork steak stew with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread	2 Paella de verdures Caella empanada amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa Vegetarian paella Breaded blue shark with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread	Kcal: 722 HC: 85 Prot: 43 Lip: 25
5 Verdura tricolor (patata, pastanaga, mongeta verda) Botifarra al forn amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita i pa Vegetables (potatoe, carrot, green bean) Baked butifarra sausage with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread	6 Arròs napolitana Lluç al forn amb amanida de fruits (enciam, oliva negra i pipes) Fruita i pa Neapolitan rice Baked hake with fruit salad (lettuce, black olives, sunflower seeds) Fruit and bread	7 Pèsols saltats amb bacó Ous a la portuguesa (tomàquet, beixamel) amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) logurt i pa Sautéed peas with bacon Portuguese style eggs with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Yoghurt and bread	8 Sopa d'estrelles Ragout de vedella a la jardinera amb patates daus Fruita i pa Star pasta soup Beef ragout sauce with veggies with diced potatoes Fruit and bread	9 Llenties estofades amb verdures Contraçuixa de pollastre al forn amb amanida de tomàquet Fruita i pa Stewed lentils with vegetables Baked chicken thigh with tomato salad Fruit and bread	Kcal: 624 HC: 73 Prot: 28 Lip: 29
12 <b>LLIURE DISPOSICIÓ</b>	13 Fideuà de pollastre Filet de lluç amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa Chicken fideua Hake steak with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread	14 Crema de verdures amb crostons Pinxos morunos amb arròs saltat Natilles de xocolata i pa Vegetable cream with croutons Shish-kabab with sautéed rice Chocolate custard and bread	15 Patates guisades amb verduretes Hamburguesa de vedella amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita i pa Stewed potatoes with vegetables Beef hamburger with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread	16 Arròs amb verdures Palometa a la grega Fruita i pa Rice with vegetable Greek style pomfret Fruit and bread	Kcal: 701 HC: 84 Prot: 27 Lip: 27
19 Llenties amb arròs Croquetes de pernil amb amanida de fruits (enciam, oliva negra i pipes) Fruita i pa Lentils with rice Ham croquettes with fruit salad (lettuce, black olives, sunflower seeds) Fruit and bread	20 Crema de porros Mandonguilles de vedella amb salsa amb jardinera de xampinyons Fruita i pa Cream of leek Beef meatballs with gravy with mixed vegetable mushrooms Fruit and bread	21 Arròs tres delícies Bacallà al forn amb patates panadera logurt i pa Chinese fried rice Baked cod with poor man's potatoes Yoghurt and bread	22 Cigrons estofats amb verduretes Contraçuixa de pollastre al chilindrón amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa Stewed chickpeas with vegetables Chicken thighs in "chilindron" gravy with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread	23 Pasta napolitana Trita de carbassó amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita i pa Pasta in neapolitan sauce Zucchini omelette with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread	Kcal: 735 HC: 90 Prot: 34 Lip: 30
26 Crema de carbassa Canelons de carn amb amanida de fruits (enciam, oliva negra i pipes) Fruita i pa Cream of butternut squash Meat cannelloni with fruit salad (lettuce, black olives, sunflower seeds) Fruit and bread	27 Sopa de fideus Filet de llom amb salsa amb verdures saltades Fruita i pa Noodle soup Loin steak in gravy with sautéed vegetables Fruit and bread	28 Arròs amb bolonyesa de pollastre Llenguadina a l'andalusa amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Flam de vainilla i pa Rice with chicken bolognese sauce Andalusian style yellowfin sole with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Vanilla crème caramel and bread			Kcal: 672 HC: 89 Prot: 31 Lip: 22