



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres	I. Nutricional
<p>1</p> <p>FESTIU</p>	<p>2</p> <p>FESTIU</p>	<p>3</p> <p>Espaguetis bolonyesa Ventresca de lluç al forn amb amanida de fruits (enciam, oliva negra i pipes) Fruita i pa Bolognese spaghetti Baked hake with fruit salad (lettuce, black olives, sunflower seeds) Fruit and bread</p>	<p>4</p> <p>Mongeta tendra amb patates Contraçuixa de pollastre al forn amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) logurt i pa Green beans with potatoes Baked chicken thigh with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Yoghurt and bread</p>	<p>5</p> <p>Mongetes amb verdures Hamburguesa de vedella amb ceba i xampinyons Fruita i pa Beans with vegetables Beef hamburger with onion & mushrooms Fruit and bread</p>	<p>Kcal: 650</p> <p>HC: 71</p> <p>Prot: 31</p> <p>Lip: 25</p>
<p>8</p> <p>Crema de carbassó Croquetes de pollastre amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita i pa Cream of zucchini soup Chicken croquettes with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread</p>	<p>9</p> <p>Llenties amb verdures Trita de patates amb amanida de fruits (enciam, oliva negra i pipes) Fruita i pa Vegetable lentils Spanish potato omelette with fruit salad (lettuce, black olives, sunflower seeds) Fruit and bread</p>	<p>10</p> <p>Arròs amb magre i xampinyons Palometa a la planxa amb samfaina Fruita i pa Rice with lean pork & mushrooms Pomfret with ratatouille Fruit and bread</p>	<p>11</p> <p>Cigrons amb tomàquet i ou dur Estofat de gall dindi amb verdures logurt i pa Chickpeas with tomatoes & eggs Turkey stew with vegetables Yoghurt and bread</p>	<p>12</p> <p>Pasta saltada amb verdures Abadejo a la donostiarra amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa Sautéed pasta with vegetables Basque style haddock with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread</p>	<p>Kcal: 684</p> <p>HC: 88</p> <p>Prot: 30</p> <p>Lip: 26</p>
<p>15</p> <p>Patates guisades amb xoriço Filet de lluç amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa Stewed potatoes with chorizo sausage Hake steak with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread</p>	<p>16</p> <p>Cigrons amb verdures Pinxos morunos amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita i pa Chickpeas stewed with vegetables Shish-kabab with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread</p>	<p>17</p> <p>Minestra de verdura ofegada Trita de pernil dolç amb amanida de fruits (enciam, oliva negra i pipes) Fruita i pa Braised minestrone Cooked ham omelette with fruit salad (lettuce, black olives, sunflower seeds) Fruit and bread</p>	<p>18</p> <p>JORNADA JAPONESA Tallarines saltats amb verdures Katsu kare amb carn amb arròs saltat Gelat de llimona i pa Tagliatelle sautéed with vegetables Katsu Kare with meat with sautéed rice Lemon ice cream and bread</p>	<p>19</p> <p>Paella de verdures Mandonguilles de tonyina amb salsa tomàquet Fruita i pa Vegetarian paella Tuna meatballs in tomato sauce Fruit and bread</p>	<p>Kcal: 679</p> <p>HC: 89</p> <p>Prot: 28</p> <p>Lip: 25</p>
<p>22</p> <p>Amanida Cèsar Macarrons a l'amatriciana Fruita i pa Cesar salad Macaroni in amatriciana sauce Fruit and bread</p>	<p>23</p> <p>Crema de verdures Ous Aurora amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita i pa Cream of vegetable soup Aurora (white sauce with tomatoes) eggs with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread</p>	<p>24</p> <p>Arròs tres delícies Limanda a l'andalusa amb amanida de fruits (enciam, oliva negra i pipes) Fruita i pa Chinese fried rice Andalusian style yellowfin sole with fruit salad (lettuce, black olives, sunflower seeds) Fruit and bread</p>	<p>25</p> <p>Llenties a la riojana Contraçuixa de pollastre al forn amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Flam de vainilla i pa Rioja style lentils Baked chicken thigh with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Vanilla crème caramel and bread</p>	<p>26</p> <p>Sopa d'estrelles Ragout de vedella a la jardinera Fruita i pa Star pasta soup Beef ragout sauce with veggies Fruit and bread</p>	<p>Kcal: 721</p> <p>HC: 82</p> <p>Prot: 32</p> <p>Lip: 31</p>
<p>29</p> <p>Fideuà de pollastre Filet de lluç amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa Chicken fideua Hake steak with garden salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread</p>	<p>30</p> <p>Crema de verdures Ragout (magre) amb salsa amb arròs blanc Fruita i pa Cream of vegetable soup Ragout meat sauce with white rice Fruit and bread</p>	<p>31</p> <p>Mongetes blanques estofades Limanda a l'andalusa amb amanida de fruits (enciam, oliva negra i pipes) Fruita i pa Stewed white beans Andalusian style yellowfin sole with fruit salad (lettuce, black olives, sunflower seeds) Fruit and bread</p>			<p>Kcal: 639</p> <p>HC: 82</p> <p>Prot: 32</p> <p>Lip: 22</p>