



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 Lluç arrebossat amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) logurt i pa Vegetarian paella Battered hake with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Yoghurt and bread	Kcal: 715 HC: 81 Prot: 39 Lip: 27
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) Postre làctic i pa Neapolitan rice Baked hake with fruit salad (lettuce, black olives, sunflower seeds) Dairy dessert and bread	7 Crema de pèsols Truita francesa amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa Cream of pea Omelette with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Fruit and bread	8 Sopa d'estrelles Ragout de vedella a la jardineria amb patates daus Postre làctic i pa Star pasta soup Beef ragout sauce with veggies with diced potatoes Dairy dessert and bread	9 Llenties estofades amb verdures Contraçuixa de pollastre al forn amb amanida de tomàquet logurt i pa Stewed lentils with vegetables Baked chicken thigh with tomato salad Yoghurt and bread	Kcal: 621 HC: 75 Prot: 28 Lip: 28
12 Mongeta tendra amb patates Filet de pollastre amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita i pa Green beans with potatoes Chicken steak with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread	13 Fideuà de pollastre Filet de lluç amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) logurt i pa Chicken fideua Hake steak with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Yoghurt and bread	14 Crema de verdures amb crostons Llom a la planxa amb arròs saltat Fruita i pa Vegetable cream with croutons Grilled tenderloin with sautéed rice Fruit and bread	15 Patates guisades amb verdures Hamburguesa de vedella amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) logurt i pa Stewed potatoes with vegetables Beef hamburger with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Yoghurt and bread	16 Arròs amb verdures Filet de lluç amb salsa de tomàquet Postre làctic i pa Rice with vegetable Hake steak with tomato sauce Dairy dessert and bread	Kcal: 655 HC: 73 Prot: 31 Lip: 26
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 jardineria de xampinyons Postre làctic i pa Cream of leek Beef meatballs with gravy with mixed vegetable mushrooms Dairy dessert and bread	21 Arròs tres delícies Bacallà al forn amb patates panadera Fruita i pa Chinese fried rice Baked cod with poor man's potatoes Fruit and bread	22 Cigrons estofats amb verdures Contraçuixa de pollastre al chilindrón amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) logurt i pa Stewed chickpeas with vegetables Chicken thighs in "chilindron" gravy with salad (lettuce, tomatoes & carrots) Yoghurt and bread	23 Pasta napolitana Truita de carbassó amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Postre làctic i pa Pasta in neapolitan sauce Zucchini omelette with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Dairy dessert and bread	Kcal: 750 HC: 89 Prot: 35 Lip: 31
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 verduretes logurt i pa Noodle soup Loin steak in gravy with vegetables Yoghurt and bread	28 Arròs amb bolonyesa de pollastre Llenguadina a l'andalusa amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita i pa Rice with chicken bolognese sauce Andalusian style yellowfin sole with spring salad (lettuce, tomatoes & sweetcorn) Fruit and bread			Kcal: 663 HC: 84 Prot: 31 Lip: 23