



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres	I. Nutricional
<p><b>1</b></p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>2</b></p> <p>Sopa d'aviram amb pasta Llom a la planxa amb patates fregides logurt i pa Chicken soup with pasta Grilled tenderloin with french fries Yoghurt and bread</p>	<p><b>3</b></p> <p>Espaguetis bolonyesa Filet de lluç amb amanida de fruits (enciam, oliva negra i pipes) Fruita i pa Bolognese spaghetti Hake steak with fruit salad (lettuce, black olives, sunflower seeds) Fruit and bread</p>	<p><b>4</b></p> <p>Mongeta tendra amb patates Contracuixa 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 &amp; carrots) Yoghurt and bread</p>	<p><b>5</b></p> <p>Mongetes amb verdures Hamburguesa a la planxa amb ceba i xampinyons Fruita i pa Beans with vegetables Grilled hamburger with onion &amp; mushrooms Fruit and bread</p>	<p>Kcal: 671</p> <p>HC: 67</p> <p>Prot: 32</p> <p>Lip: 30</p>
<p><b>8</b></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 &amp; sweetcorn) Fruit and bread</p>	<p><b>9</b></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><b>10</b></p> <p>Arròs amb magre i xampinyons Palometa al forn amb samfaina Fruita i pa Rice with lean pork &amp; mushrooms Baked pomfret with ratatouille Fruit and bread</p>	<p><b>11</b></p> <p>Crema de cigrons Estofat de gall dindi amb verduretes logurt i pa Cream of chickpeas Turkey stew with vegetables Yoghurt and bread</p>	<p><b>12</b></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 &amp; carrots) Fruit and bread</p>	<p>Kcal: 657</p> <p>HC: 87</p> <p>Prot: 29</p> <p>Lip: 24</p>
<p><b>15</b></p> <p>Patates guisades Filet de lluç amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa Stewed potatoes Hake steak with garden salad (lettuce, tomatoes &amp; carrots) Fruit and bread</p>	<p><b>16</b></p> <p>Cigrons amb verdures Llom a la planxa amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita i pa Chickpeas stewed with vegetables Grilled tenderloin with spring salad (lettuce, tomatoes &amp; sweetcorn) Fruit and bread</p>	<p><b>17</b></p> <p>Mongeta tendra amb patates Trita de pernil dolç amb amanida de fruits (enciam, oliva negra i pipes) Fruita i pa Green beans with potatoes Cooked ham omelette with fruit salad (lettuce, black olives, sunflower seeds) Fruit and bread</p>	<p><b>18</b></p> <p><b>JORNADA JAPONESA</b> 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><b>19</b></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: 675</p> <p>HC: 92</p> <p>Prot: 29</p> <p>Lip: 23</p>
<p><b>22</b></p> <p>Macarrons a l'amatriciana Llom a la planxa amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Fruita i pa Macaroni in amatriciana sauce Grilled tenderloin with garden salad (lettuce, tomatoes &amp; carrots) Fruit and bread</p>	<p><b>23</b></p> <p>Crema de verdures Trita francesa amb amanida primavera (enciam, tomàquet i blat de moro) Fruita i pa Cream of vegetable soup Plain omelette with spring salad (lettuce, tomatoes &amp; sweetcorn) Fruit and bread</p>	<p><b>24</b></p> <p>Arròs amb tomàquet Limanda a l'andalusa amb amanida de fruits (enciam, oliva negra i pipes) Fruita i pa Rice with tomato sauce Andalusian style yellowfin sole with fruit salad (lettuce, black olives, sunflower seeds) Fruit and bread</p>	<p><b>25</b></p> <p>Llenties estofades Contracuixa de pollastre al forn amb amanida de l'hort (enciam, tomàquet i pastanaga) Flam de vainilla i pa Lentil stew Baked chicken thigh with garden salad (lettuce, tomatoes &amp; carrots) Vanilla crème caramel and bread</p>	<p><b>26</b></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: 649</p> <p>HC: 76</p> <p>Prot: 29</p> <p>Lip: 26</p>
<p><b>29</b></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 &amp; carrots) Fruit and bread</p>	<p><b>30</b></p> <p>Crema de verdures Ragout de porc amb arròs saltat Fruita i pa Cream of vegetable soup Pork ragout sauce with sautéed rice Fruit and bread</p>	<p><b>31</b></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: 589</p> <p>HC: 75</p> <p>Prot: 32</p> <p>Lip: 20</p>