




JUNY 2017

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Valor nutricional
			1 Amanida russa Contra cuixa pollastre planxa i xips Fruita i pa	2	Kcal: 625% HC: 48% Prot: 21% Lip: 32%
5	6 Macarrons amb tomàquet Hamburguesa mixta amb xips Làctic i pa	7 Arròs tres delícies (maionesa) E.I. Amb tomàquet Caço planxa amb ceba Fruita i pa	8 Crema de carbassa Llibrets de llom amb enciam Fruita i pa	9 Mongeta tendra i patata al vapor Salsitxes al forn amb tomàquet natural Fruita i pa	Kcal: 726 HC: 48% Prot: 20% Lip: 32%
12 Fideuà (all i oli) Contra cuixa planxa i enciam Fruita i pa	13 Sopa d'au amb pistons Mandonguilles a la jardinera Làctic i pa	14 Mongetes blanques estofades Llenguado enfarinat amb enciam Làctic i pa	15 Minestra de verdures vapor Rodó de gall dindi rostit Fruita i pa	16 Arròs amb tomàquet i tonyina Barretes de lluç amb amanida tricolor Fruita i pa	Kcal: 658 HC: 48% Prot: 25% Lip: 27%
19 DINAR DE FI DE CURS Canelons al graten Nuggets de pollastre amb xips Fruita i pa	20 Amanida russa Hamburguesa amb salsa de tomàquet Gelati i pa	21 Arròs amb tomàquet i tonyina Peskitos de lluç Fruita i pa	22 BON ESTIU!!!	23	Kcal: 717 HC: 51% Prot: 19% Lip: 30%
26	27	28	29		

Menú revisat per: Josep Gou Gratacós
Farmacèutic i nutricionista, col·legiat 12481 (CALITEC)