



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Valor nutricional
					Kcal: HC: Prot: Lip:
					Kcal: HC: Prot: Lip:
11 DIADA DE CATALUNYA	12 Espaguetis amb tomàquet Nugets amb enciam i pipes Fruita i pa	13 Llenties estofades amb verdures Truita de patates amb amb tall de formatge Fruita i pa	14 Sopa d'au amb pistons Hamburguesa vedella planxa amb puré de patates Fruita i pa	15 Arròs amb tomàquet i tonyina Lluç al forn amb enciam i blat de moro Fruita i pa	<b>Kcal: 663</b> <b>HC: 50%</b> <b>Prot: 29%</b> <b>Lip: 21%</b>
18 Crema d'espínacs Pollastre a l'ast amb tomàquet natural Fruita i pa	19 sopa de peix amb estrelletes Estofat de gall dindi amb patates Fruita i pa	20 Llenties guisades amb arròs Truita de carbassó amb pernil dolç Fruita i pa	21 Macarrons a la italiana Filet de llenguado enfarinat amb enciam Fruita i pa	22 Mongeta tendrà i patata al vapor Mandonguilles a la jardineria Fruita i pa	<b>Kcal: 637</b> <b>HC: 45%</b> <b>Prot: 28%</b> <b>Lip: 27%</b>
25 Festa de la Mercé	26 Arròs amb tomàquet i tonyina Croquetes de bacallà amb enciam Fruita i pa	27 Espaguetis amb tomàquet Filet de daurada a la planxa amb enciam i pastanaga ratllada Fruita i pa	28 Sopa d'au amb pistons Fricandó de vedella amb verdures Fruita i pa	29 Llenties guisades amb verdures Lluç a la planxa amb tomàquet natural Fruita i pa	<b>Kcal: 579</b> <b>HC: 53%</b> <b>Prot: 32%</b> <b>Lip: 15%</b>
Menú revisat per: Josep Gou Gratacós Farmacèutic i nutricionista, col·legiat 12481 (CALITEC)					

