

DILLUNS 31	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
	Arròs amb tomàquet	Coliflor a l'estil casolà	Lenties a l'estil casolà	Tallarines gratinades
	Rosada amb salsa de pebrots vermells amb amanida d'enciam i pastanaga	Truita a la francesa amb samfaina	Ales de pollastre amb amanida de tomàquet	Carboner amb salsa verda
	Fruita	logurt natural	Fruita	Fruita
Energia: 627 kcal. Lipids: 25,5 g. Àcids Grassos saturats: 5,6 g. Hidrats de carbon: 59,8 g. Sucres: 15,5 g. Proteïnes: 34,7 g. Sal: 1,1 g. - - - Valors nutricionals calculats segons Ingestes Recomanades per a un adult amb necessitats de 2000 kcal / dia. R UE 1169/2011.				
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
Cigrons amb verdures	Mongetes tendres saltejades amb patata i pastanaga	Arròs a la milanesa	Pesòls amb patata	Espaguetis gratinats
Truita de patata amb amanida d'enciam i pastanaga	Estofat de gall dindi a la jardineria	Rap en salsa verda amb amanida de tomàquet	Pernilet de pollastre rostit al forn	Lluç amb salsa alacantina amb amanida d'enciam i blat de moro
Fruita	Fruita	logurt natural	Fruita	Fruita
Energia: 652 kcal. Lipids: 26,0 g. Àcids Grassos saturats: 5,8 g. Hidrats de carbon: 64,3 g. Sucres: 19,2 g. Proteïnes: 35,6 g. Sal: 3,1 g. - - - Valors nutricionals calculats segons Ingestes Recomanades per a un adult amb necessitats de 2000 kcal / dia. R UE 1169/2011.				
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
Energia: . Lipids: . Àcids Grassos saturats: . Hidrats de carbon: . Sucres: . Proteïnes: . Sal: . - - - Valors nutricionals calculats segons Ingestes Recomanades per a un adult amb necessitats de 2000 kcal / dia. R UE 1169/2011.				
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
	Llacets amb salsa de tomàquet	Cigrons a l'estil casolà	Arròs amb tomàquet	Crema de carbassa
	Truita a la francesa amb amanida d'enciam i blat de moro	Estofat de gall dindi amb salsa de tomàquet	Lluç al forn amb amanida d'enciam i blat de moro	Salsitxes de pollastre amb tomàquet amb patates xips
	Fruita	logurt natural	Fruita	Fruita
Energia: 582 kcal. Lipids: 21,8 g. Àcids Grassos saturats: 4,5 g. Hidrats de carbon: 61,9 g. Sucres: 14,4 g. Proteïnes: 30,6 g. Sal: 3,0 g. - - - Valors nutricionals calculats segons Ingestes Recomanades per a un adult amb necessitats de 2000 kcal / dia. R UE 1169/2011.				
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
Sopa casolana d'au	Crema casolana de carbassó	Arròs tres delícies		
Estofat de porc amb amanida d'enciam i tomàquet	Pernilet de pollastre a la jardineria	Carboner amb salsa verda amb amanida d'enciam i pastanaga		
Fruita	Fruita	logurt natural		
Energia: 553 kcal. Lipids: 24,2 g. Àcids Grassos saturats: 6,9 g. Hidrats de carbon: 45,6 g. Sucres: 15,8 g. Proteïnes: 34,0 g. Sal: 2,6 g. - - - Valors nutricionals calculats segons Ingestes Recomanades per a un adult amb necessitats de 2000 kcal / dia. R UE 1169/2011.				
Els menús inclouen aigua i pa o pa integral.				

