

DILLUNS / LUNES	DIMARTS / MARTES	DIMECRES / MIÉRCOLES	DIJOUS / JUEVES	DIVENDRES / VIERNES
1 ALMUERZO Entrepà de pernil amb oli d'oliva <i>Bocadillo de jamón con aceite de oliva</i> • Pa - Fruits secs • Pan - Frutos secos Día ecológico • Llentilles estofades (LLENTILLES I VERDURES ECO) • Lentejas estofadas (LENTEJAS Y VERDURAS ECO) • Mandonguilles de bacallà amb amanida • Albóndigas de bacalao con ensalada • Fruita • Fruta Kcal 730 Prot 36 Lip 22 Hc 69	2 ALMUERZO 1 peça de fruita de temporada amb un grapat d'avel·lanes 1 pieza de fruta de temporada con un puñado de avellanas • Pa - Xips de moniato • Pan - Chips de boniato • Arròs de muntanya • Arroz de montaña • Truita de carabassí amb tomaca natural • Tortilla de calabacín con tomate natural • Iogurt • Yogurt Kcal 772 Prot 24 Lip 35 Hc 90	3 ALMUERZO Entrepà d'hummus amb rodanxes de tomaca <i>Bocadillo de hummus con rodajas de tomate</i> • Pa integral - LLetuga, tomaca, ceba roja, dacsa • Pan integral - Lechuga, tomate, cebolla roja, maíz Día integral • Sopa "fruti de mare" (clòxina, gamba i calamar) • Sopa "fruti de mare" (mejillón, gamba y calamar) • Llom adobat artesà amb puré de creïlles • Lomo adobado artesano con puré de patatas • Fruita • Fruta Kcal 801 Prot 28 Lip 29 Hc 92	4 ALMUERZO 1 peça de fruita de temporada amb brik de llet semidesnatada 1 pieza de fruta de temporada con brik leche de leche semidesnatada • Pa - LLetuga, tomaca, poma, ceba cruixent, remolatxa • Pan - Lechuga, tomate, manzana, cebolla cruixiente, remolacha Día ecológico • Macarrons a la italiana (carabasseta, xampinyons, albergina, tomaca, ceba) • Macarrones a la italiana (calabacín, champiñones, berenjena, tomate, cebolla) • Carboner al forn amb saltada de dacsa • Carbonero al horno con saltado de maíz • Fruita • FRUITA ECO • FRUTA ECO Kcal 787 Prot 31 Lip 22 Hc 96	5 ALMUERZO Galetes salades amb formatge Galletitas saladas con queso • Pa - LLetuga, tomaca, olives negres, formatge fresc • Pan - Lechuga, tomate, aceitunas negras, queso fresco • CREMA DE CARLOTA ECO • CREMA DE ZANAHORIA ECO • Titot al curri amb arròs pilaf • Pavo al curry con arroz pilaf Día ecológico • Fruita • Fruta Kcal 775 Prot 27 Lip 21 Hc 89
8 ALMUERZO Iogur natural amb trossos de fruita Yogurt natural con trozos de fruta MEAT FREE MONDAY • Pa - LLetuga, tomaca, carlota, pipes, panses • Pan - Lechuga, tomate, zanahoria, pipas, pasas • Arròs amb bledes • Arroz con acelgas • Truita de ceba amb rodanxa de formatge • Tortilla de cebolla con loncha de queso • Fruita • Fruta Kcal 753 Prot 36 Lip 23 Hc 86	9 ALMUERZO Saladets baixos en sal i una peça de fruita de temporada Saladitos bajos en sal y pieza de fruta de temporada • Pa integral - LLetuga, tomaca, cogombre, ceba • Pan integral - Lechuga, tomate, pepino, cebolla • Potatge de cigrons • Potaje de garbanzos • Calamar ori amb hortalisses rostides • Calamar ori con hortalizas asadas • Crema de iogurt • Crema de yogurt Día integral • Sopa de "lluvia" / Sopa de lluvia • Llonganisses amb xampinyons • Longanizas con champiñones • Làctic / Làcteo Kcal 630 Prot 34 Lip 26 Hc 64	10 ALMUERZO Entrepà de pa multicereals amb tomaca, alvocat i oli d'oliva Bocadillo de pan multicereales de tomate, aguacate y aceite de oliva • Pa - Escarola, tomaca, dacsa, olives • Pan - Escarola, tomate, maíz, olivas Día ecológico • Guisat de vedella • Guisado de ternera • Pizza de 4 formatges • Pizza de 4 quesos • Fruita • FRUITA ECO • FRUTA ECO Kcal 791 Prot 29 Lip 25 Hc 94	11 ALMUERZO Coques de dacsa i peça de fruita de temporada Tortitas de maíz y pieza de fruta de temporada • Pa - Hummus de fesols amb natxos • Pan - Hummus de alubias con nachos Día ecológico • Fideuà de xampinyons (xampinyons, carn picada, ceba) • Fideuà de champiñones (champiñones, carne picada, cebolla) • Lluç planxa amb AMANIDA ECO • Merluza a la plancha con ENSALADA ECO • Fruita • Fruta Kcal 766 Prot 27 Lip 25 Hc 63	12 ALMUERZO Entrepà de formatge fresc amb tomaca Bocadillo de queso fresco con tomate • Pa - LLetuga, tomaca, carlota, poma, anous • Pan - Lechuga, tomate, zanahoria, manzana, nueces • Sopa d'olla (FIDEUS I VERDURES ECO) • Sopa de cocido (FIDEOS Y VERDURAS ECO) • Ales de pollastre al forn amb creïlles • Ailas de pollo al horno con patatas • Fruita • Fruta Día ecológico • Pastís de tonyina amb beixamel i amanida / Pastel de atún con bechamel y ensalada • Fruita / Fruita Kcal 796 Prot 34 Lip 18 Hc 87
15 ALMUERZO Entrepà de titot amb rodanxa de tomaca Bocadillo de pavo con rodaja de tomate • Pa - LLetuga, tomaca, carlota, olives • Pan - Lechuga, tomate, zanahoria, aceitunas • Espaguetis integrals carbonara • Espaguetis integrales carbonara • Ou remenat amb xampinyons saltats • Huevo revuelto con champiñones salteados • Fruita • Fruta Día integral • Crema de verdures / Crema de verduras • Lluç Ori amb amanida / Merluza Ori con ensalada • Fruita / Fruita Kcal 781 Prot 26 Lip 23 Hc 91	16 ALMUERZO 1 plàtan i 1 grapat d'anous pelades 1 plátano y 1 puñado de nueces peladas • Pa - LLetuga, tomaca, cogombre, ceba • Pan - Lechuga, tomate, pepino, cebolla • Sopa d'au • Sopa de ave • Pernillets en el seu suc amb nyoquis • Jamoncitos en su jugo con floquis • Fruita • Fruta Kcal 765 Prot 29 Lip 24 Hc 91	17 ALMUERZO Galetes salades amb formatge Galletitas saladas con queso • Pa - Brots, tomaca, poma, ceba cruixent • Pan - Brotos, tomate, manzana, cebolla cruixiente Día ecológico • Fabada vegetal • Fabada vegetal • Salmó orloff amb creïlles "panadera" • Salmón orloff con patatas panaderas • Fruita • FRUITA ECO • FRUTA ECO Kcal 796 Prot 30 Lip 23 Hc 84	18 ALMUERZO Entrepà de pa integral amb xocolata 72% cacau Bocadillo de pan integral con chocolate 72% cacao CARNAVAL/HABIA UNA VEZ... • Pa - LLetuga, tomaca, olives, espàrrecs • Pan - Lechuga, tomate, aceitunas, espárragos • Crema de dacsa • Crema de maíz • Hamburguesa, formatge i anells de ceba • Hamburguesa, queso y aros de cebolla • Danonino • Danonino • Minestra / Menestra • Truita de creïlles amb amanida / Tortilla de patatas con ensalada • Fruita / Fruita Kcal 793 Prot 30 Lip 28 Hc 92	19 ALMUERZO 1 peça de fruita de temporada amb brik de llet semidesnatada 1 pieza de fruta de temporada con brik leche de leche semidesnatada • Pa - Escarola, tomaca, formatge fresc, dacsa • Pan - Escarola, tomate, queso fresco, maíz • Arròs a la cubana • Arroz a la cubana • Peix fresc a la madrilenya amb VERDURES ECO saltades • Pescado fresco a la madrileña con VERDURAS ECO salteadas • Fruita • Fruta Kcal 752 Prot 22 Lip 24 Hc 108
22 ALMUERZO 1 peça de fruita de temporada amb dues galetes d'avena 1 pieza de fruta de temporada con dos galletas de avena • Pa - LLetuga, tomaca, pebre roig, ceba, cigrons cruixents • Pan - Lechuga, tomate, pimienta roja, cebolla, garbanzos cruixientes • Espirals a la toscana (carabasseta, titot, ceba, tomaca) • Espirales a la toscana (calabacín, pavo, cebolla, tomate) • Lluç amb salsa mari amb creïlles i carabassa dau • Merluza con salsa mari con patatas y calabaza dado • Fruita • Fruta Kcal 793 Prot 27 Lip 28 Hc 91	23 ALMUERZO Coca de llanda casolana amb edulcorant Coca de llanda casera con edulcorante • Pa - LLetuga, tomaca, cogombre, dacsa • Pan - Lechuga, tomate, pepino, maíz Día ecológico • Sopa de fideus (FIDEUS I VERDURES ECO) • Sopa de fideos (FIDEOS Y VERDURAS ECO) • Carn empanada amb tomaca • Carne empanada con tomate • Fruita • Fruta Kcal 711 Prot 23 Lip 33 Hc 74	24 ALMUERZO Entrepà vegetal amb lletuga, tomaca i anxoas Bocadillo vegetal con lechuga, tomate y anchoas • Pa - ENSALADA ECO • Pan - ENSALADA ECO Día ecológico • Creïlles riojana • Patatas riojana Día ecológico • Truita de carlota amb formatge manxec • Tortilla de zanahoria con queso manchego • Fruita • Fruta Kcal 767 Prot 30 Lip 23 Hc 84	25 ALMUERZO Coques d'arròs i peça de fruita de temporada Tortitas de arroz y pieza de fruta de temporada • Pa - Lletuga, canonges, tomaca, formatge, vinagreta de mel • Pan - Lechuga, canónigos, tomate, queso, vinagreta de miel Día ecológico • Crema de llentilles roges i coco • Crema de lentejas rojas y coco • Pollastre al llorer amb cous-cous • Pollo al laurel con cous-cous • Fruita • FRUITA ECO • FRUTA ECO Kcal 795 Prot 29 Lip 30 Hc 93	26 ALMUERZO Entrepà de tonyina, olives i ou dur Bocadillo de atún, aceitunas y huevo duro • Pa integral - Fruits secs • Pan integral - Frutos secos • Arròs de caldereta (calamar, carxofes, alls tendres) • Arroz de caldereta (calamar, alcachofas, ajos tiernos) • Pannini de bolonyesa vegetal • Pannini de boloñesa vegetal • Mousse • Mousse Día integral • Crema de verdures / Crema de verduras • Truita de pernil amb amanida / Tortilla de jamón con ensalada • Fruita / Fruita Kcal 806 Prot 38 Lip 15 Hc 111

- Símbolos ALERGENOS**
- SOJA
 - PESCADO
 - SULFITOS
 - APIO
 - ALTRAMUCES
 - MOSTAZA
 - CACAHUETES
 - GLUTEN
 - CRUSTACEOS
 - FRUTOS DE CÁSCARA
 - HUEVO
 - LÁCTEOS
 - SÉSAMO
 - MOLUSCOS

