

DILLUNS	LUNES	DIMARTS	MARTES	DIMECRES	MIÉRCOLES	DIJOUS	JUEVES	DIVENDRES	VIERNES											
<b>8</b> ALMUERZO 1 plàtan i 1 grapat d'anous pelades 1 plátano y 1 puñado de nueces peladas	<b>9</b> ALMUERZO Entrepà de formatge fresc amb oli d'oliva Bocadillo de queso fresco con aceite de oliva	<b>10</b> ALMUERZO Rosquilles integrals amb fruita de temporada Rozquillas integrales con fruta de temporada	<b>11</b> ALMUERZO Sàndvitx de nocilla casolana Sandwich de nocilla casera	<b>12</b> ALMUERZO Galetes salades amb formatget Galletas saladas con queso																
<ul style="list-style-type: none"> <li>Pa - Encisam, tomaca, remolatxa, pipes</li> <li>Pan - Lechuga, tomate, remolacha, pipas</li> <li>Macarrons integrals bolonyesa vegetal</li> <li>Macarrones integrales boloñesa vegetal</li> <li>Croquetes de bacallà amb maionesa</li> <li>Croquetas de bacalao con mayonesa</li> <li>Fruita</li> <li>Fruta</li> </ul> <p><b>Día integral</b> +</p> <p>Kcal 813 Prot 27 Lip 26 Hc 96</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pa integral - Encisam, tomaca, ceba, olives</li> <li>Pan integral - Lechuga, tomate, cebolla, aceitunas</li> <li>Crema de llegums</li> <li>Crema de legumbres</li> <li>Lliom adobat amb saltat de col copada i lombarda</li> <li>Lomo adobado con salteado de repollo y lombarda</li> <li>Fruita</li> <li>Fruta</li> </ul> <p><b>Día integral</b> +</p> <p>Kcal 772 Prot 40 Lip 22 Hc 82</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pa - Encisam, tomaca, carlota, cogombre</li> <li>Pan - Lechuga, tomate, zanahoria, pepino</li> <li>Llentilles juliana</li> <li>Lentejas juliana</li> <li>Truita francesa amb creïlles a lo pobre i tomaca</li> <li>Tortilla francesa, patatas a lo pobre y tomate</li> <li>FRUITA ECO</li> <li>FRUITA ECO</li> </ul> <p><b>Día ecológico</b></p> <p>Kcal 759 Prot 27 Lip 21 Hc 60</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pa integral - Encisam, canonges, tomaca, rávens</li> <li>Pan integral - Lechuga, canónigos, tomate, rábanos</li> <li>Sopa d'estrelles</li> <li>Sopa de estrellas</li> <li>Pernillets de pollastre al forn amb xampinyons</li> <li>Jamoncitos de pollo al horno con champiñones</li> <li>Gelat</li> <li>Helado</li> </ul> <p><b>Día integral</b> +</p> <p>FIBRA</p> <p>Kcal 796 Prot 27 Lip 29 Hc 90</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida d'encisam, carlota i anous/ Ensalada de lechuga, zanahoria y nueces</li> <li>Vedella amb creïlles / Ternera con patatas</li> <li>Fruita / Fruta</li> </ul> <p>CENA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Espinacs gratinats / Espinacas gratinadas</li> <li>Salmó a la planxa / Salmon a la plancha</li> <li>Fruita / Fruta</li> </ul> <p>CENA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida mixta / Ensalada mixta</li> <li>Mousaka vegetal / Mousaka vegetal</li> <li>lourt / Yogurt</li> </ul> <p>CENA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de carlota / Crema de zanahoria</li> <li>Ous farcits / Huevos rellenos</li> <li>Fruita / Fruta</li> </ul> <p>CENA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de carlota / Crema de zanahoria</li> <li>Ous farcits / Huevos rellenos</li> <li>Fruita / Fruta</li> </ul> <p>CENA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de carlota / Crema de zanahoria</li> <li>Ous farcits / Huevos rellenos</li> <li>Fruita / Fruta</li> </ul> <p>CENA</p>											
<b>15</b> ALMUERZO Entrepà multicereals amb tomaca, alvocat i oli d'oliva Bocadillo multicereales de tomate, aguacate y aceite de oliva	<b>16</b> ALMUERZO 1 peça de fruita de temporada amb briks de llet semidesnatada 1 pieza de fruta de temporada con briks de leche semidesnatada	<b>17</b> ALMUERZO Galetes salades amb formatget Galletas saladas con queso	<b>18</b> ALMUERZO Entrepà de titot amb oli d'oliva Bocadillo de pavo con aceite de oliva	<b>19</b> ALMUERZO Peça de pa de plàtan Pieza de pan de plátano																
<ul style="list-style-type: none"> <li>Pa - Encisam, tomaca, dacsa, ceba</li> <li>Pan - Lechuga, tomate, maíz, cebolla</li> <li>Arròs blanc amb tomaca</li> <li>Arroz blanco con tomate</li> <li>Truita de carlota amb rodanxa de formatge</li> <li>Tortilla de zanahoria con loncha de queso</li> <li>Fruita</li> <li>Fruta</li> </ul> <p>MEET FREE MONDAY</p> <p>Kcal 756 Prot 21 Lip 25 Hc 103</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>AMANIDA AMERICANA ECO</li> <li>ENSALADA AMERICANA ECO</li> <li>Potatge de cigrons</li> <li>Potaje de garbanzos</li> <li>Panini casola marinera</li> <li>Panini casero marinera</li> <li>lourt</li> <li>Yogurt</li> </ul> <p><b>Día ecológico</b></p> <p>Kcal 770 Prot 24 Lip 30 Hc 83</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pa integral - Encisam, cogembre, tomaca, remolatxa</li> <li>Pan integral - Lechuga, pepino, tomate, remolacha</li> <li>Sopa de pluja</li> <li>Sopa de lluvia</li> <li>Pollastre en el seu suc amb roses</li> <li>Pollo en su jugo con palomitas</li> <li>Fruita</li> <li>Fruta</li> </ul> <p><b>Día integral</b> +</p> <p>FIBRA</p> <p>Kcal 720 Prot 24 Lip 22 Hc 96</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hummus de llegums amb pics integrals</li> <li>Hummus de legumbres con picos integrales</li> <li>Espaguetis integrals a la italiana (carabasset, alberginia, xampinyons, tomaca, ceba)</li> <li>Espaguetis integrales a la italiana (calabacín, berenjena, champiñones, tomate, cebolla)</li> <li>Abadejo a la madrilenya amb amanida</li> <li>Abadejo a la madrileña con ensalada</li> <li>Fruita</li> <li>Fruta</li> </ul> <p><b>Día integral</b> +</p> <p>FIBRA</p> <p>Kcal 844 Prot 35 Lip 37 Hc 122</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hamburguesa de verdures amb xampinyons/ Hamburguesa de verduras con champiñones</li> <li>Fruita/ Fruta</li> </ul> <p>CENA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Broxeta de titot amb verdures i puré de creïlles / Brocheta de pavo con verduras y puré de patatas</li> <li>Fruita/ Fruta</li> </ul> <p>CENA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de carabasset / Crema de calabacín</li> <li>Lleugut planxa / Lenguado a la plancha</li> <li>Macedonia</li> </ul> <p>CENA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida / Ensalada</li> <li>Fajitas casolanes / Fajitas caseras</li> <li>Lacti / Lácteo</li> </ul> <p>CENA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ou regat amb formatge fresc i tomaca natural / Huevo revuelto con queso fresco y tomate natural</li> <li>Fruita/ Fruta</li> </ul> <p>CENA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Peça de pa de plàtan</li> <li>Pieza de pan de plátano</li> </ul> <p>CENA</p>											
<b>22</b> ALMUERZO Coques d'arròs i peça de fruita de temporada Tortitas de arroz y pieza de fruta de temporada	<b>23</b> ALMUERZO Entrepà integral amb tomaca i oli d'oliva Bocadillo integral de tomate y aceite de oliva	<b>24</b> ALMUERZO Coca de llana casolana amb edulcorant Coca de llana casera con edulcorante	<b>25</b> ALMUERZO lourt natural amb trossos de fruita Yogur natural con trozos de fruta	<b>26</b> ALMUERZO Sàndvitx vegetal amb hummus Sandwich vegetal con hummus																
<ul style="list-style-type: none"> <li>Pa integral - Tomaca, encisam, poma, pances</li> <li>Pan integral - Tomate, lechuga, manzana, pasas</li> <li>Creïlles riojana</li> <li>Patatas riojana</li> <li>Fogoner a la planxa amb verdures</li> <li>Fogonero a la plancha con verduras</li> <li>Fruita</li> <li>Fruta</li> </ul> <p><b>Día integral</b> +</p> <p>Kcal 767 Prot 30 Lip 23 Hc 84</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pa integral - Encisam, tomaca, carlota, espàrrecs</li> <li>Pan integral - Lechuga, tomate, zanahoria, espárragos</li> <li>Fabada vegetal</li> <li>Fabada vegetal</li> <li>Llonganisses i samfaina de verdures</li> <li>Longanizas y pisto de verduras</li> <li>Fruita</li> <li>Fruta</li> </ul> <p><b>Día integral</b> +</p> <p>Kcal 798 Prot 38 Lip 47 Hc 67</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pa - Encisam, tomaca, olives negres, pipes, orènga</li> <li>Pan - Lechuga, tomate, aceitunas negras, pipas, orégano</li> <li>Espirals al pesto rosso</li> <li>Espirailes al pesto rosso</li> <li>Truita de CEBA ECO amb formatge fresc</li> <li>Tortilla de CEBOLLA ECO con queso fresco</li> <li>Fruita</li> <li>Fruta</li> </ul> <p><b>Día ecológico</b></p> <p>Kcal 743 Prot 32 Lip 33 Hc 59</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hummus de cigrons amb pics integrals</li> <li>Humus de garbanzos con picos integrales</li> <li>Arròs amb bledes</li> <li>Arroz con arroz integral</li> <li>Aladrocs a l'andalusa amb carabasset gratinada</li> <li>Boquerones a la andaluza con calabacín gratinado</li> <li>FRUITA ECO</li> <li>FRUITA ECO</li> </ul> <p><b>Día ecológico</b></p> <p>Kcal 737 Prot 26 Lip 14 Hc 94</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sémola d'olla / Sémola de cocido</li> <li>Truita de formatge amb amanida / Tortilla de queso con ensalada</li> <li>Fruita/ Fruta</li> </ul> <p>CENA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lasagna de verdures / Lasaña de verduras</li> <li>Fruita/ Fruta</li> </ul> <p>CENA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fesols tendres saltats / Judías verdes salteadas</li> <li>Nuggets de peix casolà/ Nuggets de pescado casero</li> <li>Fruita/ Fruta</li> </ul> <p>CENA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida / Ensalada</li> <li>Pizza napolitana/ Pizza napolitana</li> <li>Fruita/ Fruta</li> </ul> <p>CENA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de verdures/ Crema de verduras</li> <li>Truita de ceba amb tomatal/ Tortilla de cebolla con tomate</li> <li>Fruita/ Fruta</li> </ul> <p>CENA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de verduras/ Crema de verduras</li> <li>Truita de ceba amb tomatal/ Tortilla de cebolla con tomate</li> <li>Fruita/ Fruta</li> </ul> <p>CENA</p>											
<b>29</b> ALMUERZO Entrepà multicereal de tonyina i tomaca Bocadillo multicereal de atún y tomate	<b>30</b> ALMUERZO 1 peça de fruita de temporada amb galetes d'avena 1 pieza de fruta de temporada con galletas de avena	<b>Símbolos ALERGENOS</b>	<b>conta labor</b>																	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Pa integral - Fruits secs</li> <li>Pan integral - Frutos secos</li> <li>Arròs a banda</li> <li>Arroz a banda</li> <li>Truita francesa amb amanida</li> <li>Tortilla francesa con ensalada</li> <li>Fruita</li> <li>Fruta</li> </ul> <p><b>Día integral</b> +</p> <p>FIBRA</p> <p>Kcal 752 Prot 22 Lip 25 Hc 98</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pa integral - Encisam, carlota, poma, llombarda</li> <li>Pan integral - Lechuga, zanahoria, manzana, lombarda</li> <li>Sopa d'olla amb cigrons</li> <li>Sopa de cocido con garbanzos</li> <li>Aletes de pollastre rostides amb dacsa saltada</li> <li>Alitas de pollo asadas con maíz salteado</li> <li>lourt</li> <li>Yogurt</li> </ul> <p><b>Día integral</b> +</p> <p>FIBRA</p> <p>Kcal 718 Prot 24 Lip 22 Hc 93</p>	<p><b>Símbolos ALERGENOS</b></p> <table border="0"> <tr> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td><b>ALTRAMUCES</b></td> <td><b>CACAUETS</b></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td><b>FRUITS CORFA</b></td> <td><b>API</b></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td><b>MOL-LUSCS</b></td> <td><b>MOSTASSA</b></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td><b>PEIX</b></td> <td><b>SÈSAM</b></td> </tr> </table>			<b>ALTRAMUCES</b>	<b>CACAUETS</b>			<b>FRUITS CORFA</b>	<b>API</b>			<b>MOL-LUSCS</b>	<b>MOSTASSA</b>			<b>PEIX</b>	<b>SÈSAM</b>	<p><b>conta labor</b></p> <p>También contamos con menú de dieta blanda, infantil y menús adaptados a diferentes tipos de alergias e intolerancias. Nuestros menús están avalados por nuestro departamento de nutrición.</p>	
<b>ALTRAMUCES</b>	<b>CACAUETS</b>																			
<b>FRUITS CORFA</b>	<b>API</b>																			
<b>MOL-LUSCS</b>	<b>MOSTASSA</b>																			
<b>PEIX</b>	<b>SÈSAM</b>																			

