

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	Valors Nutricionals
03/10/2011	04/10/2011	05/10/2011	06/10/2011	07/10/2011	
Llenties estofades Salsitxes amb enciam i olives Plàtan	Macarrons amb tomàquet i formatge Filet de nero a la planxa amb samfaina Poma	Mongeta verda, patata i col-i-flor Contracuija de pollastre arrebossada amb enciam i pastanaga Iogurt	Arròs amb verdures Truita de pernil amb enciam i tomàquet Taronja	Sopa d'au Fricandó de vedella amb patates Nectarina	CAL: 3154 PT: 199 g HC: 295 g LIP: 114 g
10/10/2011	11/10/2011	12/10/2011	13/10/2011	14/10/2011	
Arròs amb tomàquet Croquetes i bunyols amb enciam i blat de moro Pera	Cigrons estofats Pit de pollastre a la planxa amb enciam i pastanaga Pruna	FESTIU	Tallarins amb bacó i crema de llet Tonyina amb salsa de tomàquet Kiwi	Patates amb sípia Ous gratinats Poma	CAL: 2300 PT: 156 g HC: 262 g LIP: 59 g
17/10/2011	18/10/2011	19/10/2011	20/10/2011	21/10/2011	
Espirals amb carn picada i tomàquet Truita a la francesa amb enciam i pastanaga Plàtan	Mongeta verda, patata i espinacs Llom adobat amb enciam i tomàquet Iogurt	Arròs amb pollastre Lluç a la romana amb enciam i remolatxa Pera	Sopa juliana Pernilets de pollastre al forn amb xips Síndria	Mongetes estofades Botifarra amb enciam i olives Préssec	CAL: 2814 PT: 151 g HC: 289 g LIP: 102 g
24/10/2011	25/10/2011	26/10/2011	27/10/2011	28/10/2011	
Arròs amb pernil, pèsols i ou Hamburguesa de pollastre amb enciam i ceba Poma	Crema de verdures Escalopa de vedella amb enciam i olives Iogurt	Llenties Truita de formatge amb enciam i tomàquet Plàtan	Patates amb suc Filet de tilapia al forn a la llimona Pera	Espaguetis al pesto Estofat de gall dindi Meló	CAL: 2911 PT: 183 g HC: 292 g LIP: 94 g

MENÚ CELÍAC

Tots els plats específics estan preparats sense gluten.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	Valors
03/10/2011	04/10/2011	05/10/2011	06/10/2011	07/10/2011	Nutricionals
Llenties estofades	Macarrons amb tomàquet i formatge	Mongeta verda, patata i col-i-flor	Arròs amb verdures	Sopa d'au	CAL: 3154 PT: 199 g HC: 295 g LIP: 114 g
Salsitxes amb enciam i olives	Filet de nero a la planxa amb samfaina	Contraeix de pollastre arrebossada amb enciam i pastanaga	Truita de pernil amb enciam i tomàquet	Fricandó de vedella amb patates	
Plàtan	Poma	Iogurt	Taronja	Nectarina	
10/10/2011	11/10/2011	12/10/2011	13/10/2011	14/10/2011	CAL: 2225 PT: 158 g HC: 254 g LIP: 53 g
Arròs amb tomàquet	Cigrons estofats	FESTIU	Tallarins amb bacó i crema de llet	Patates amb sípia	
Bistec de vedella amb enciam i blat de moro	Pit de pollastre a la planxa amb enciam i pastanaga		Tonyina amb salsa de tomàquet	Ous gratinats	
Pera	Pruna		Kiwi	Poma	
17/10/2011	18/10/2011	19/10/2011	20/10/2011	21/10/2011	CAL: 2807 PT: 165 g HC: 280 g LIP: 99 g
Espirals amb carn picada i tomàquet	Mongeta verda, patata i espinacs	Arròs amb pollastre	Sopa juliana	Mongetes estofades	
Truita a la francesa amb enciam i pastanaga	Llom adobat amb enciam i tomàquet	Lluç arrebossat amb enciam i remolatxa	Pernilets de pollastre al forn amb xips	Botifarra amb enciam i olives	
Plàtan	Iogurt	Pera	Síndria	Préssec	
24/10/2011	25/10/2011	26/10/2011	27/10/2011	28/10/2011	CAL: 2911 PT: 183 g HC: 292 g LIP: 94 g
Arròs amb pernil, pèsols i ou	Crema de verdures	Llenties	Patates amb suc	Espaguetis al pesto	
Hamburguesa de pollastre amb enciam i ceba	Escalopa de vedella amb enciam i olives	Truita de formatge amb enciam i tomàquet	Filet de tilapia al forn a la llimona	Estofat de gall dindi	
Poma	Iogurt	Plàtan	Pera	Meló	