

| DILLUNS   | DIMARTS   | DIMECRES   | DIJOUS  | DIVENDRES   | Valors  |
|---|---|--|---|---|---|
| 12/09/2011  | 13/09/2011  | 14/09/2011   | 15/09/2011  | 16/09/2011  | Nutricionals                                      |
| Macarrons amb tomàquet<br>Llom a la planxa amb enciam,<br>tomàquet i cogombre<br>Prunes | Llenties estofades<br>Filet de tilapia al forn amb<br>verduretes<br>Iogurt              | Mongeta verda, patata i<br>pastanaga<br>Fricandó de vedella amb<br>xampinyons<br>Meló                  | Arròs a la cassola<br>Truita de patates i carbassó<br>amb tomàquet i ceba<br>Poma | Patates amb tonyina, tomàquet i<br>olives<br>Contraçuixa de pollastre a la<br>planxa amb enciam i pastanaga<br>Pera | CAL: 2928<br>PT: 197 g<br>HC: 274 g<br>LIP: 101 g |
| 19/09/2011  | 20/09/2011  | 21/09/2011   | 22/09/2011  | 23/09/2011  |   |
| Arròs amb verduretes<br>Escalopa de vedella amb enciam i<br>blat de moro<br>Plàtan      | Mongetes estofades<br>Pit de pollastre a la planxa amb<br>enciam i olives<br>Nectarines | Patates amb ou, Frankfurt i<br>enciam<br>Filet de lluç al forn amb<br>albergínia a la planxa<br>Gelató | Crema de verdures<br>Mandonguilles amb daus de<br>patata<br>Síndria               | Fideuà<br>Truita de formatge amb enciam<br>i remolatxa<br>Poma  | CAL: 3256<br>PT: 199 g<br>HC: 338 g<br>LIP: 108 g |
| 26/09/2011  | 27/09/2011  | 28/09/2011   | 29/09/2011  | 30/09/2011  |   |
| Arròs amb pèsols, pernil i truita<br>Llom adobat amb enciam i<br>pastanaga<br>Pera      | Sopa d'au<br>Hamburguesa amb ceba<br>confitada i tomàquet<br>Préssec                    | Mongeta verda amb patata i<br>bròquil<br>Pernilets de pollastre al forn<br>amb samfaina<br>Iogurt      | Cigrons estofats<br>Ous gratinats<br>Kiwi   | Espaguetis amb bacó i crema de<br>llet<br>Filet de nero a la planxa amb<br>enciam i cogombre<br>Meló                | CAL: 2795<br>PT: 159 g<br>HC: 250 g<br>LIP: 129 g |

## MENÚ CELÍAC

Tots els plats específics estan preparats sense gluten.

| DILLUNS  | DIMARTS  | DIMECRES   | DIJOUS   | DIVENDRES   | Valors  |
|--|--|--|--|---|---|
| 12/09/2011                                       | 13/09/2011                                       | 14/09/2011                                       | 15/09/2011                                       | 16/09/2011  | Nutricionals                                      |
| Macarrons amb tomàquet                           | Llenties estofades                               | Mongeta verda, patata i pastanaga                | Arròs a la cassola                               | Patates amb tonyina, tomàquet i olives                      | CAL: 2928<br>PT: 197 g<br>HC: 274 g<br>LIP: 101 g |
| Llom a la planxa amb enciam, tomàquet i cogombre | Filet de tilapia al forn amb verdures            | Fricandó de vedella amb xampinyons               | Truita de patates i carbassó amb tomàquet i ceba | Contracuixa de pollastre a la planxa amb enciam i pastanaga |   |
| Prunes   | Iogurt   | Meló   | Poma   | Pera  |   |
| 19/09/2011                                       | 20/09/2011                                       | 21/09/2011                                       | 22/09/2011                                       | 23/09/2011  | CAL:3177<br>PT: 195 g<br>HC: 331 g<br>LIP: 104 g  |
| Arròs amb verdures                               | Mongetes estofades                               | Patates amb ou, Frankfurt i enciam               | Crema de verdures                                | Fideuà  |   |
| Bistec de vedella amb enciam i blat de moro      | Pit de pollastre a la planxa amb enciam i olives | Filet de lluç al forn amb albergínia a la planxa | Mandonguilles amb daus de patata                 | Truita de formatge amb enciam i remolatxa                   |   |
| Plàtan   | Nectarines                                       | Gelat  | Síndria  | Poma  |   |
| 26/09/2011                                       | 27/09/2011                                       | 28/09/2011                                       | 29/09/2011                                       | 30/09/2011  | CAL: 2795<br>PT: 159 g<br>HC: 250 g<br>LIP: 129 g |
| Arròs amb pèsols, pernil i truita                | Sopa d'au  | Mongeta verda amb patata i bròquil               | Cigrons estofats                                 | Espaguetis amb bacó i crema de llet                         |   |
| Llom adobat amb enciam i pastanaga               | Hamburguesa amb ceba confitada i tomàquet        | Pernilets de pollastre al forn amb samfaina      | Ous gratinats                                    | Filet de nero a la planxa amb enciam i cogombre             |   |
| Pera   | Préssec  | Iogurt   | Kiwi   | Meló  |   |