



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Setmana 1-7 desembre	Crema de pastanaga i ceba amb rajolí d'oli d'oliva Kcal 16 Ptr 6,46 Hc 4.33 Lip 3 Lluç al forn amb enciam i blat de moro P:20.72g HC:3.56g L:8.87g Fruita	Macarrons amb picadeta de bolonyesa (P:8.75g HC:49.63g L:4.01g Trita de carbassó amb tomàquet i enciam i pastanaga Kcal 273 Ptr 29.47 Hdc = 14 Lip= 6.1 Fruita	JORNADA PROEIEÏNA VEGETAL Verdura al vapor (P:19.21g HC:30.22g L:3.53g Mandonguilles veggies amb daus de carbassa (P:22.74g HC:10.22g L:8.41g Lacti	Arròs amb sofregit de cebes i api Kcal.304 P:3.76g HC:35.80g L:5.81g pollastre amb herbes provençals i patates (P:20.64g HC:3.18g L:8.24g) fruita	Llenties eco amb sofregit d'hortalisses HC:38.46g L:5.10g) pit de gall dindi amb amanida 150grKcal: 230 P:22.74g HC:10.22g fruita
2Setmana 8-14 desembre	Festiu	Cigrons eco (P:17.21g HC:30.22g L:3.53g) Filet de rosada amb enciam i hortalisses (P:20.72g HC:3.56g L:8.87g) Fruita	Arròs cassolà amb verdures (P:3.76g HC:35.80g L:5.81g) Trita de patata i ceba amb enciam i tomàquet (P:22.51g HC:3.83g L:8.97g) lacti	Brou d' hortalisses i pollastre amb pasta petita Kcal. 179 Ptr. 8.15 Hdc. 24.31 lip. 2. Gall dindi al forn amb samfaina catalana (P:21g HC:3.1g L:8.24g) fruita	JORNADA GASTRONÒMICA DE VENEZUELA Crema d'auyama (P:19.21g HC:30.22g L:3.53g "Tequeños de pollastre" al forn amb enciam i olives fruita
3 Setmana 15-21 desembre	Llenties ecològiques amb sofregit de ceba i porro (P:3.21g HC:38.46g L:5.10g) Hamburguesa de vedella amb carbassa Kcal: 241 P:23g HC:10.22g L:8.41g Fruita	Crema de carbassó Kcal = 206 Ptr = 7.25 Hdc = 35.16 Lip= 4. Filet de rosada amb enciam i hortalisses (P:20.72g HC:3.56g L:8.87g) Fruita	Espagueti amb tomàquet (P:8.75g HC:49.63g L:4.01g) Trita francesa amb llenca de gall dindi Kcal 314,62 ptr 15,2 hc 32,26 lip Lacti	Verdura al vapor (P:19.21g HC:30.22g L:3.53g Rodó de lluç amb amanida P:20.72g HC:3.56g L:8.87g Fruita	Brou cassolà amb pasta Kcal. 179 Ptr. 8.15 Hdc. 24.31 lip. 2. pollastre al forn amb patatonesKcal 371 Ptr 21 fruita
4 Setmana 22-28 desembre	Mongeta blanca eco (P:15.54g HC:33.71g L:3.98g) lluç amb enciam i pastanaga (P:20.72g HC:3.56g L:8.87g) Fruita	Pasta napolitana (P:8.75g HC:49.63g L:4.01g) Salsitxes de gall dindi amb hortalisses Kcal333,95 Ptr23.21 Hc30,14 Lip14.42 Fruita	Brou cassolà amb pasta Kcal. 179 Ptr. 8.15 Hdc. 24.31 lip. 2. Pernilets de gall d'indi amb albergínia P20,64 HC, 3,18 Lip 8,24 lacti	FESTIU	FESTIU
5 setmana 29-31 desembre	Llenties guisades eco (P:3.21g HC:38.46g L:5.10g) gall dindi al forn amb amanida (P: 16.10g HC:4.60g L:8.50g) Fruita Kcal = 69 Ptr = 0 Hdc = 18 Lip=	macarrons a la italiana (P:8.75g HC:49.63g L:4.01g) Pernilets de pollastre amb panses (P:21g HC:3.1g L:8.24g) Fruita Kcal = 69 Ptr = 0 Hdc = 18 Lip=	Verdura al vapor (P:19.21g HC:30.22g L:3.53g Hamburguesa de vedella amb hortalisses Kcal: 241 P:23g HC:10.22g L:8.41g lacti		

Menú revisat revisat per el departament de dietètica i nutrició CAT001648M

