



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Setmana 1-6 OCTUBRE		Pasta napolitana (P:8.75g HC:49.63g L:4.01g) Pernilets de pollastre (P:20.64g HC:3.18g L:8.24g) fruita	bledes (P:17.21g HC:30.22g L:3.53g) Truita amb enciam i olives (P:22.51g HC:3.83g L:8.97g) lacti	Arròs amb sofregit de tomàquet i ceba P:3.76g HC:35.80g L:5.81g Filet d'abadejo amb enciam i olives (P:20.72g HC:3.56g L:8.87g) fruita	Verdura al vapor (P:17.21g HC:30.22g L:3.53g) Magre forn amb patata P: 16.10g HC:4.60g L:8.50g Fruita
2 Setmana 7-13 OCTUBRE	Mongeta verda amb patata (P:17.21g HC:30.22g L:3.53g) lluç amb enciam i pastanaga (P:20.72g HC:3.56g L:8.87g) fruita	Arròs amb sofregit de tomàquet i ceba P:3.76g HC:35.80g L:5.81g Filet de rosada amb enciam i olives (P:20.72g HC:3.56g L:8.87g) fruita	Bròquil amb patata (P:19.21g HC:30.22g L:3.53g) Mandonguilles de vedella amb pastanaga (P:22.74g HC:10.22g L:8.41g) Lacti	Pasta a l'orenga (P:8.75g HC:49.63g L:4.01g) Gall d'indi amb enciam i tomàquet Kcal. 331 Pt. 19.24 Hdc. 24.30 Lip. 13.96 fruita	Crema de carbassa (P:3.76g HC:35.80g L:5.81g) Truita amb enciam, olives (P:22.51g HC:3.83g L:8.97g) Fruita
3 Setmana 14-20 OCTUBRE	Sopa de brou Kcal. 183 Ptr. 7.22 Hdc. 22.21 lip. 2.31 Gall d'indi amb patata Kcal. 331 Pt. 19.24 Hdc. 24.30 Lip. 13.96 fruita	Arròs amb sofregit de tomàquet i ceba P:3.76g HC:35.80g L:5.81g Llenguadina amb enciam i hortalisses (P:20.72g HC:3.56g L:8.87g) Fruita	Mongeta verda amb patata (P:17.21g HC:30.22g L:3.53g) pollastre (P:20.64g HC:3.18g L:8.24g) Lacti	Sopa de brou vegetal 250 gr Kcal. 179 Ptr. 8.15 Hdc. 24.31 lip. 2. Truita amb amanida (P:22.51g HC:3.83g L:8.97g) fruita	Crema de carbassó Kcal = 206 Ptr = 7.25 Hdc = 35.16 Lip= 4. Llom forn amb patata P: 16.10g HC:4.60g L:8.50g Fruita
4 Setmana 21-27 OCTUBRE	Mongeta verda amb patata (P:17.21g HC:30.22g L:3.53g) 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) Pernilets gall d'indi amb carbassa (P:21g HC:3.1g L:8.24g) Fruita	Coliflor amb patata (P:17.21g HC:30.22g L:3.53g) Truita amb enciam i llombarda (P:22.51g HC:3.83g L:8.97g) lacti	Arròs caldós 250gr Kcal.320 Ptr.12.79 Hdc.53.99 lip.6.03 Filet de rosada amb enciam i tomàquet (P:20.72g HC:3.56g L:8.87g) Fruita	Patates de l'avia amb verdures Kcal = 356 Ptr = 8.82 Hdc 39.67 Li Hamburguesa de vedella amb patatonos Ptr 26.75 Hdc .17.86 Lip.28.10 Fruita
5 setmana 28-31 OCTUBRE	Mongeta verda amb patata (P:17.21g HC:30.22g L:3.53g) Gall d'indi amb enciam i tomàquet Kcal. 331 Pt. 19.24 Hdc. 24.30 Lip. 13.96 fruita	Pasta napolitana (P:8.75g HC:49.63g L:4.01g) Pernilets de pollastre amb patata (P:21g HC:3.1g L:8.24g) fruita	Crema de carbassa i moniato Kcal = 206 Ptr = 7.25 Hdc = 35.16 Lip= 4.52 Mandonguilles de vedella jardinera (P:22.74g HC:10.22g L:8.41g) Lacti	Arròs amb sofregit de tomàquet Filet de abadejo amb amanida Kcal. 229 Ptr. 8.30 Hdc. 21.70 lip. 2.30 fruita	