



MENÚ SENSE GLUTEN 2026



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Setmana 1 – 5 D'Abril			Arròs amb verdures Kcal.304 P:9.51g HC:25.24g L:2.26g Truita francesa Kcal 314,62 ptr 15, 2 hc 32,26 lip 15 lacti	Pizza cassolana Kcal 596 P:31 HC:49,80L:4.05g pollastre amb amanida Kcl 321,77Pt31,48Hdc31,20Lip15,.3 fruita	Festiu
2 Setmana 6-12 D'Abril	FESTIU	Verdura al vapor Kcal. 239 Ptr. 22.59 Hdc. 23.37 lip. 5.50 Llom amb amanida (P:20.72g HC:3.56g L:8.87g) fruita	Arròs tres delícies Kcal.324 Ptr.13.09 Hdc.54.95 lip.6.03 Hamburguesa de vedella a la planxa amb ceba i pebrot Kcal .344 Ptr 26.75 Hdc .17.8 lacti	Espirals napolitana (P:8.75g HC:49.63g L:4.01g) Truita de patata i ceba amb enciam i olives150 gr kcal362,3 ptr11,03 H.c 36,28 Lip 13 fruita	Llenties eco amb sofregit d'hortalisses Kcal 455,9 ptr 21 hc 33,3 lip 10,06  Filet de abadejo amb amanida Kcal. 229 Ptr. 8.30 Hdc. 21.70 lip. 2.30  Fruita
3 Setmana 13-19 d'Abril	Minestra de verdures Kcal: 230 P:22.74g HC:10.22g L:8.41G Salsitxes de gall dindi amb alberginia 150gr Kcal: 230 P:22.74g HC:10.22g L:8. Fruita	Macarrons amb tomàquet Kcal = 116 (P:8.75g HC:49.63g L:4.01g)  Llaminat de magre forn amb carbassa P: 16.10g HC:4.60g L:8.50g  Fruita	Cigrons (P:3.17g HC:22.53g L:5.22g)  Truita francesa amb pernil (P:10.08g HC:11.48g L:12.39g)  lacti	Arròs amb tomàquet Kcal.304 P:3.76g HC:35.80g L:5.81g  Llenguadina amb amanida Kcal. 229 Ptr. 8.30 Hdc. 21.70 lip. 2.30 Fruita	Crema de verdures Kcal 116 Ptr 6.46 Hdc = 14.33 Lip= 3  Mandonguilles de vedella a la jardinera 150gr kcal 418,11 prot 23,02 h.c 38,95 lip 1 Fruita
4 Setmana 20-26 d'Abril	JORNADA PROTEÍNA VEGETAL Llenties eco Kcal 455,9 ptr 21 hc 33,3 lip 10,06 bocadet vegetal amb enciam i olives Kcal 484,84 ptr 22,05 hc 30,2 lip 14 Fruita	Arròs tres delícies Kcal.324 Ptr.13.09 Hdc.54.95 lip.6.03 Pernilets de gall dindi amb ceba (P:20.72g HC:3.56g L:8.87g)  Fruita	Tallarins napolitana (P:8.75g HC:49.63g L:4.01g)  Filet de rosada amb enciam i blat de moro (P:20.72g HC:3.56g L:8.87g) lacti	Sopa de lletres Kcal. 179 Ptr. 8.15 Hdc. 24.31lip.  Llom (P:20.72g HC:3.56g L:8.87g) fruita	Mongeta verda al vapor (P:17.21g HC:30.22g L:3.53g)  Hamburguesa de vedella amb patates Kcal: 241 P:23g HC:10.22g L:8.41g Fruita
5 setmana 27-30 d'Abril	Cigrons (P:3.17g HC:22.53g L:5.22g)  Hamburguesa de vedella Kcal .344 Ptr 26.75 Hdc .17.8  fruita	Sopa de brou Kcal. 179 Ptr. 8.15 Hdc. 24.31 lip. 2.  Filet de abadejo amb amanida Kcal. 229 Ptr. 8.30 Hdc. 21.70 lip. 2.30  Fruita	Arròs amb tomàquet Kcal.304 P:3.76g HC:35.80g L:5.81g  Salsitxes de gall dindi amb carbassa 150grKcal: 230 P:22.74g HC:10.22g lacti	JORNADA GASTRONÒMICA DE FRANÇA Crème Parmentiere Kcal140 Pt3 Hc 18 lip 6 magre forn P: 16.10g HC:4.60g L:8.50g  Fruita	festiu

Menú revisat revisat per el departament de dietètica i nutrició CAT001648

Els nostres proveïdors són de proximitat i serveixen productes de màxima qualitat

Ens basem amb les guies d'alimentació saludable de la Generalitat de Catalunya

