



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 SETMANA 4 novembre	<p>Verdura al vapor Kcal. 239 Ptr. 22.59 Hdc. 23.37 lip. 5.50</p> <p>Llom planxa amb verdures P: 16.10g HC:4.60g L:8.50g</p> <p>Fruita</p>	<p>Pasta a l'orenga Kcal = 116 Ptr = 6.46 Hdc 14.33 Lip= 3.3</p> <p>Salsitxes de porc amb pèsols 150gr Kcal: 230 P:22.74g HC:10.22g L:8.41G</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de carbassó Kcal 116 Ptr 6.46 Hdc 14.3 L</p> <p>pollastre amb verdures (P:20.64g HC:3.18g L:8.24g)</p> <p>lacti</p>	<p>Arròs 3 delícies Kcal.324 Ptr.13.09 Hdc.54.95 lip.6.03</p> <p>Truita amb enciam i tomàquet Kcal = 273 Ptr = 29.47 Hdc = 14 Lip= 6.1</p> <p>Fruita</p>	<p>Llenties eco Kcal. 349 Ptr. 17.34 Hdc.45.99 lip.4.</p> <p>Hamburguesa de vedella a la planxa amb patatones Kcal .344 Ptr 26.75 Hdc .17.86 Lip.28.10</p> <p>fruita</p>
2 SETMANA 11 novembre	<p>Mongeta tendra amb patata a Kcal. 239 Ptr. 22.59 Hdc. 23.37 lip. 5.50</p> <p>Gall d'indi amb pastanaga Kcal. 331 Pt. 19.24 Hdc. 24.30 Lip. 13.96</p> <p>fruita</p>	<p>Sopa de brou Kcal. 183 Ptr. 7.22 Hdc. 22.21 lip. 2.31</p> <p>Truita de patates i amb enciam i olives Kcal: 267 P:22.27g HC:15.76g L:7.31</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de verdures Kcal 116 Ptr 6.46 Hdc = 14.33 Lip= 3.3</p> <p>Mandonguilles de vedella amb verdures Kcal 268 Ptr28.12Hdc 7.92 Lip17.1</p> <p>lacti</p>	<p>Arròs amb sofregit de tomàquet i ceba Kcal.304 Ptr.12.40 Hdc.53.88</p> <p>pollastre amb verdures (P:20.64g HC:3.18g L:8.24g)</p> <p>Fruita</p>	<p>Mongeta blanca estofada eco Kcal. 239 Ptr. 22.59 Hdc. 23.3 lip. 5</p> <p>Llom planxa amb verdures P: 16.10g HC:4.60g L:8.50g</p> <p>Fruita</p>
3 SETMANA 18 novembre	<p>Cigrons eco Kcal = 337Ptr = 6.1 Hdc = 27.9 Li</p> <p>Truita amb enciam i tomàquet Kcal 279 Ptr 29.88 Hdc14 Lip6.3</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs amb sofregit de tomàquet i porro Kcal.304 Ptr.12.40 Hdc.53.8 lip.5.5</p> <p>Gall d'indi amb pastanaga Kcal. 331 Pt. 19.24 Hdc. 24.30 Lip. 13.96</p> <p>fruita</p>	<p>Patates estofades amb verdures P:17.21g HC:30.22g L:3.53g</p> <p>Llom planxa amb verdures P: 16.10g HC:4.60g L:8.</p> <p>lacti</p>	<p>Pasta amb tomàquet Kcal = 116 (P:8.75g HC:49.63g L:4.01g)</p> <p>Pernilets de pollastre amb alberginia (P:20.64g HC:3.18g L:8.24g)</p> <p>Fruita</p>	<p>Verdura al vapor Kcal. 239 Ptr. 22.59 Hdc. 23.37 lip. 5.50</p> <p>Hamburguesa de vedella a la planxa amb patatones Kcal .344 Ptr 26.75 Hdc .17.86 Lip.28.10</p> <p>fruita</p>
4 SETMANA 25 novembre	<p>Llenties eco Kcal. 349 Ptr. 17.34 Hdc.45.99 lip.4.</p> <p>Magre amb verdures P: 16.10g HC:4.60g L:8.50g</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs amb sofregit de tomàquet i ceba Kcal.304 Ptr12.4 Hdc.53.8 lip.5Filet</p> <p>Hamburguesa de vedella a la planxa amb patatones Kcal .344 Ptr 26.75 Hdc .17.86 Lip.28.10</p> <p>fruita</p>	<p>Crema de pastanaga Kcal 190 Ptr 7 Hdc 14.3 L</p> <p>Salsitxes de gall dindi amb pèsols Kcal: 230 P:22.74g HC:10.22g L:8.4g</p> <p>Lacti</p>	<p>Sopa vegetal Kcal. 179 Ptr. 8.15 Hdc. 24.31 lip. 2.</p> <p>Truita de patates i amb enciam i olives Kcal267 P:22.2g HC:15.76g L:7.31</p> <p>Fruita</p>	<p>Mongeta tendra amb patata Kcal. 239 Ptr. 22.59 Hdc. 23.37 lip. 5</p> <p>pollastre amb verdures (P:20.64g HC:3.18g L:8.24g)</p> <p>Fruita</p>

PA I POSTRES (FRUITA DE PROXIMITAT I LÀCTIS VARIATS. REVISAT PER EL DEPARTAMENT DE DIETÈTICA I NUTRICIÓ)