


<p>ESTE MES SE SERVIRAN LAS SIGUIENTES FRUTAS: MANZANA GOLDEN MANZANA ROYAL GALA PERA CONFERENCIA NARANJA PLÁTANO MANDARINA CAQUI PERSIMON</p> 				
<p>LUNES/ DILLUNS 01 Crema de esparragos Crema de esparrecs Merluza al horno con patata asada Lluç al forn amb creïlla rostida Fruta - Fruita 433,8Kcal - Prot:20,9g - Lip:7,1g - HC:68,7g AGS:1,3g - Azúcares:17,3g - Sal:4,0g</p>	<p>MARTES / DIMARTS 02 Alubias blancas con verduras Fessols blancs amb verdures Hamburguesa vegetal con pisto Hamburguesa vegetal amb samfaina Fruta - Fruita 608,4Kcal - Prot:28,5g - Lip:15,2g - HC:83,7g AGS:2,8g - Azúcares:22,7g - Sal:2,8g</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 03 Ensalada- Amanida Arroz con verduras Arròs amb verdures Tortilla francesa - Truita francesa Fruta - Fruita 573,3Kcal - Prot:20,4g - Lip:13,5g - HC:95,0g AGS:2,6g - Azúcares:18,2g - Sal:6,3g</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 04 Ensalada- Amanida Crema de zanahoria - Crema de carlota Lengüadina a la vasca Lengüadina a la vasca Yogur blanco azucarado- logur blanc 533,6Kcal - Prot:30,1g - Lip:8,9g - HC:78,4g AGS:2,6g - Azúcares:28,9g - Sal:5,3g</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 05 Ensalada-Amanida Pasta lazos con tomate y atún Pasta llaços amb tomata i tonyina Abadejo con cebolla y ajitos Abadejo amb ceba i allets Fruta- Fruita 497,7Kcal - Prot:22,9g - Lip:6,2g - HC:83,0g AGS:1,3g - Azúcares:21,8g - Sal:1,7g</p>
<p>LUNES/ DILLUNS 08 Ensalada- Amanida Guisado de pescado Guisat de peix Tortilla de patata -Truita de creïlla Fruta - Fruita 469,5Kcal - Prot:21,9g - Lip:7,1g - HC:75,2g AGS:1,2g - Azúcares:19,7g - Sal:4,3g</p>	<p>MARTES / DIMARTS 09 Ensalada- Amanida Arroz de verduras - Arròs de verdures Albondigas de bacalao Mandonguilles d'abadejo Natillas - Natilles 751,2Kcal - Prot:20,1g - Lip:22,2g - HC:114,8g AGS:5,9g - Azúcares:20,5g - Sal:8,3g</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 10 Sopa de verduras Sopa de verdures Hamburguesa vegetal con verduras Hamburguesa vegetal amb verdures Fruta- Fruita 634,1Kcal - Prot:19,5g - Lip:18,6g - HC:90,9g AGS:2,5g - Azúcares:27,6g - Sal:8,6g</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 11 Ensalada- Amanida Lentejas estofadas - Llentilles estofades Tortilla de calabacín Truita de carabasseta Fruta - Fruita 623,8Kcal - Prot:24,8g - Lip:14,4g - HC:90,6g AGS:2,3g - Azúcares:18,9g - Sal:3,1g</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 12 Fideuà de verduras Fideuà de verdures Merluza en salsa con guisantes Lluç en salsa amb pèsols Fruta - Fruita 494,7Kcal - Prot:22,7g - Lip:6,1g - HC:82,6g AGS:1,3g - Azúcares:21,5g - Sal:2,3g</p>
<p>LUNES/ DILLUNS 15 Crema Bretona - Crema Bretona Pescado en salsa Peix en salsa Fruta - Fruita 447,4Kcal - Prot:23,8g - Lip:10,9g - HC:58,8g AGS:1,8g - Azúcares:19,6g - Sal:5,7g</p>	<p>MARTES / DIMARTS 16 Ensalada- Amanida Garbanzos estofados - Cigrons estofats Pizza margarita Pizza margarita Fruta- Fruita 666,2Kcal - Prot:29,5g - Lip:21,8g - HC:85,0g AGS:5,1g - Azúcares:20,6g - Sal:4,2g</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 17 Ensalada- Amanida Macarrones con tomate Macarrons amb tomata Lengüadina al limón - Llenguadina a la llima Lacteo- Lacti 675,8Kcal - Prot:35,0g - Lip:12,4g - HC:104,2g AGS:3,9g - Azúcares:26,7g - Sal:6,6g</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 18 Sopa de pescado - Sopa de peix Tortilla de patata Truita de creïlla Fruta - Fruita 623,1Kcal - Prot:18,0g - Lip:18,6g - HC:90,5g AGS:3,2g - Azúcares:22,8g - Sal:12,4g</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 19 Arroz con tomate Arròs amb tomata Merluza al horno con macedonia de verduras Lluç al forn amb macedonia de verdures Fruta - Fruita 680,4Kcal - Prot:26,6g - Lip:11,9g - HC:115,3g AGS:1,9g - Azúcares:23,4g - Sal:6,5g</p>
<p>LUNES/ DILLUNS 22 Coditos con tomate Colzes amb tomata Abadejo en salsa verde con guisantes Abadejo en salsa verda amb pèsols Fruta - Fruita 576,2Kcal - Prot:27,9g - Lip:10,0g - HC:90,5g AGS:1,7g - Azúcares:20,0g - Sal:5,5g</p>	<p>MARTES / DIMARTS 23 Crema de verduras Crema de verdures Tortilla de atún con verduras Truita de tonyina amb verdures Fruta- Fruita 621,5Kcal - Prot:17,7g - Lip:20,0g - HC:88,6g AGS:2,7g - Azúcares:24,3g - Sal:2,9g</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 24 Sopa de verduras Sopa de verdures Hamburguesa vegetal con pisto Hamburguesa vegetal amb samfaina Fruta- Fruita 609,4Kcal - Prot:16,9g - Lip:18,3g - HC:87,5g AGS:2,5g - Azúcares:27,1g - Sal:8,4g</p>	<p>JUEVES / DIJOUS 25 Ensalada- Amanida Arroz a banda - Arròs a banda Bacalao en su jugo con guisantes y huevo duro Bacalla al seu suc amb pesols i ou dur Fruta - Fruita 646,5Kcal - Prot:32,6g - Lip:12,3g - HC:97,5g AGS:2,1g - Azúcares:18,7g - Sal:6,9g</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 26 Ensalada- Amanida Lentejas con verduras Llentilles amb verdures Tortilla española - Truita espanyola Flan de vainilla- Flam de vainilla 689,9Kcal - Prot:28,6g - Lip:17,3g - HC:98,0g AGS:3,6g - Azúcares:21,9g - Sal:5,4g</p>