


<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 Sopa de ave Sopa d'au 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 Longanizas de ave con pisto Llonganisses d'au amb sanfaina Fruta - Fruita 639,0Kcal - Prot:30,9g - Lip:15,1g - HC:85,6g AGS:3,4g - Azúcares:22,8g - Sal:5,7g</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 03 Ensalada- Amanida Paella valenciana Paella valenciana Tortilla francesa - Truita francesa Fruta - Fruita 662,9Kcal - Prot:32,4g - Lip:17,2g - HC:97,1g AGS:3,9g - Azúcares:17,4g - Sal:3,7g</p>	<p>JUEVES / DIJOURS 04 Ensalada- Amanida Crema de zanahoria - Crema de carlota Estofado de pavo Estofat de titot Yogur de soja- logur de soja 582,5Kcal - Prot:30,8g - Lip:15,9g - HC:75,2g AGS:3,4g - Azúcares:23,6g - Sal:8,0g</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 05 Ensalada-Amanida Pasta con tomate y atún Pasta 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 Filete de pavo a la naranja Filet de titot a la taronja Fruta - Fruita 642,2Kcal - Prot:53,5g - Lip:11,8g - HC:76,3g AGS:2,6g - Azúcares:20,4g - Sal:3,9g</p>	<p>MARTES / DIMARTS 09 Ensalada- Amanida Arroz de verduras Arròs de verdures Jamón serrano Pernil Yogur de soja- logur de soja 722,5Kcal - Prot:43,7g - Lip:20,4g - HC:89,2g AGS:5,4g - Azúcares:15,6g - Sal:8,7g</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 10 Sopa de ave con pasta Sopa d'au amb pasta Hamburguesa de pollo con verduras Hamburguesa de pollastre amb verdures Fruta- Fruita 715,3Kcal - Prot:27,8g - Lip:36,5g - HC:66,6g AGS:1,9g - Azúcares:20,6g - Sal:4,3g</p>	<p>JUEVES / DIJOURS 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 su jugo con guisantes Lluç al seu suc amb pèsols Fruta - Fruita 583,5Kcal - Prot:26,7g - Lip:11,9g - HC:86,4g AGS:2,3g - Azúcares:23,6g - Sal:2,4g</p>
<p>LUNES/ DILLUNS 15 Crema Bretona – Crema Bretona Albóndigas de ave con arroz pilaf Mandonguilles d'au amb arròz pilaf Fruta - Fruita 631,8Kcal - Prot:28,6g - Lip:18,5g - HC:83,1g AGS:4,6g - Azúcares:21,0g - Sal:6,6g</p>	<p>MARTES / DIMARTS 16 Garbanzos estofados - Cigrons estofats Tortilla francesa con salteado de verduras Truita francesa amb saltejat de verdures Fruta- Fruita 651,5Kcal - Prot:28,6g - Lip:21,3g - HC:83,2g AGS:4,9g - Azúcares:22,2g - Sal:4,2g</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 17 Ensalada- Amanida Macarrones con salsa de tomate Macarrons amb salsa de tomata Lenguadina al limón - Llenguadina a la llima Yogur de soja- logur de soja 619,5Kcal - Prot:32,2g - Lip:10,4g - HC:96,5g AGS:1,6g - Azúcares:18,4g - Sal:6,5g</p>	<p>JUEVES / DIJOURS 18 Sopa maravilla con pescado Sopa meravella amb peix Contramuslo de pollo con patata vapor Contracuixa de pollastre amb creïlla dau Fruta - Fruita 743,3Kcal - Prot:49,5g - Lip:26,3g - HC:74,1g AGS:6,4g - Azúcares:21,4g -</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 Muslo de pollo asado con verduras Cuixa de pollastre rostit amb verdures Fruta- Fruita 621,2Kcal - Prot:37,1g - Lip:18,7g - HC:71,6g AGS:4,5g - Azúcares:22,7g - Sal:4,1g</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 24 Sopa de ave con fideos Sopa d'au amb fideus Chuletas de pavo con pisto Xulles de titot amb samfaina Fruta- Fruita 515,4Kcal - Prot:25,1g - Lip:15,7g - HC:66,6g AGS:3,4g - Azúcares:20,3g - Sal:3,9g</p>	<p>JUEVES / DIJOURS 25 Ensalada- Amanida Arroz a banda Arròs a banda Jamón serrano - Pernil Fruta - Fruita 693,6Kcal - Prot:41,1g - Lip:16,6g - HC:93,0g AGS:5,1g - Azúcares:16,2g - Sal:7,1g</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 26 Ensalada- Amanida Lentejas con verduras Llentilles amb verdures Tortilla española - Truita espanyola Yogur de soja- logur de soja 672,4Kcal - Prot:29,6g - Lip:17,7g - HC:90,7g AGS:2,9g - Azúcares:17,7g - Sal:5,3g</p>