





OCTUBRE 2018

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Valor nutricional
1 Amanida de pasta tricolor tropical Contraçuixa de pollastre a la planxa amb tomàquet amanit i brots de soja Fruita i pa	2 Cigrans saltats amb bacó Truita de patata i carbassó amb tall de formatge iogurt i pa	3 mongeta tendra i patata al vapor Llibrets de llom amb amanida tricolor Fruita i pa	4 Arròs amb tomàquet i tonyina Filet daurada a la planxa amb enciam i pipes Fruita i pa	5 Brou d'au amb estrelletes Mandonguilles a la jardinera Fruita i pa	Kcal: 708 HC: 47% Prot: 25% Lip: 28%
8 Tallarines a la carbonara Salsitxes al forn amb xampinyons saltats Fruita i pa	9 Vichysoie Estofat de gall dindi amb patates iogurt i pa	10 Arròs tres delícies Llenguado enfarinat amb enciam i olives Fruita i pa	11 Llenties estofades amb sofregit Pizza 4 estacions Fruita i pa	12 FESTA	Kcal: 721 HC: 47% Prot: 25% Lip: 28%
15 Brou d'au amb pistons Hamburguesa vedella planxa amb puré de patata Fruita i pa	16 Raviolis amb tomàquet i formatge Pollastre al forn amb enciam i blat de moro iogurt i pa	17 Pesol i patata al vapor Croquetes de pernil amb tomàquet al forn Fruita i pa	18 Arròs amb costella de porc Lluç enfarinat al all i julivert l'amanida Fruita i pa	19 Mongetes blanques Truita de pernil dolç amb tall de formatge Fruita i pa	Kcal: 699 HC: 48% Prot: 27% Lip: 25%
22 Crema d'espinacs Pollastre a l'ast amb tomàquet natural i brots de soja Fruita i pa	23 sopa d'au amb arròs Mandonguilles a la jardinera iogurt i pa	24 Llenties guisades amb verdures Truita de patates amb pernil dolç Fruita i pa	25 tallarines amb tomàquet orenga Bacallà arrebossat, barreja d'enciams i pipes Fruita i pa	26 Minestra de verdures i patata al vapor Rodó de gall dindi amb xampinyons Fruita i pa	Kcal: 594 HC: 47% Prot: 29% Lip: 24%
29 Puré de carbassó amb crostons Salsitxes al forn amb salsa de tomàquet Fruita i pa	30 JORNADA ITALIANA Macarrons amb tomàquet Pizza Almendrado i pa	31 arròs amb tomàquet Musola a la planxa amb verdures Fruita i pa	 HAPPY HALLOWEEN		Kcal: 771 HC: 52% Prot: 18% Lip: 30%
Menú revisat per:					
<p>Josep Gou Gratacós Llicenciat en Farmàcia col. núm. 12481</p>					