

DILLUNS –	DIMARTS –	DIMECRES – 01 FESTA	DIJOUS -02	DIVENDRES – 03
			CALORIES 685,0 KCal PROTEÍNES 22,6 gr. LÍPIDS 32,9 gr. HIDRATS 75,5 gr. PROPOSTA DE SOPAR CREMA DE VERDURES TORRADA D'HUMMUS I TOMAQUE FRUITA	CALORIES 623,0 KCal PROTEÍNES 36,3 gr. LÍPIDS 20,1 gr. HIDRATS 78,5 gr. PROPOSTA DE SOPAR AMANIDA AMB MAGRANA PIZZA CASOLANA FRUITA
DILLUNS DIA MARE RÀFOLS	DIMARTS - 07	DIMECRES -08	DIJOUS – 09	DIVENDRES –10
CALORIES 727,4 KCal PROTEÍNES 37,5 gr. LÍPIDS 39,6 gr. HIDRATS 54,3 gr. PROPOSTA DE SOPAR ARRÒS AMB XAMPINYONS GALL D'INDI A LA PLANXA FRUITA	CALORIES 698,4 KCal PROTEÍNES 30,2 gr. LÍPIDS 31,1 gr. HIDRATS 73,7 gr. PROPOSTA DE SOPAR AMANIDA GREGA PEIX BLANC A LA PLANXA FRUITA	CALORIES 667,1 KCal PROTEÍNES 29,6 gr. LÍPIDS 31,7 gr. HIDRATS 70,9 gr. PROPOSTA DE SOPAR PASTA A LA NAPOLITANA HAMBURGUESA DE POLLASTRE FRUITA	CALORIES 627,7 KCal PROTEÍNES 35,0 gr. LÍPIDS 19,3 gr. HIDRATS 79,3 gr. PROPOSTA DE SOPAR CREMA DE LLEGUMS TRUITA FRANCESA I AMANIDA IOGURT	CALORIES 599,1 KCal PROTEÍNES 19,9 gr. LÍPIDS 30,4 gr. HIDRATS 62,3 gr. PROPOSTA DE SOPAR AMANIDA TOMAQ I MOZZARELLA PA AMB EMBOTIT FRUITA
DILLUNS - 13	DIMARTS – 14	DIMECRES - 15	DIJOUS – 16	DIVENDRES – 17
CALORIES 596,6 KCal PROTEÍNES 33,7 gr. LÍPIDS 17,1 gr. HIDRATS 79,9 gr. PROPOSTA DE SOPAR ARRÒS AMB PÈSOLS TRUITA FRANCESA IOGURT	CALORIES 713,2 KCal PROTEÍNES 23,3 gr. LÍPIDS 44,5 gr. HIDRATS 58,3 gr. PROPOSTA DE SOPAR GALETS AMB BEIXAMEL PEIX BLANC AMB VERDURES FRUITA	CALORIES 715,9 KCal PROTEÍNES 39,5 gr. LÍPIDS 32,5 gr. HIDRATS 70,7 gr. PROPOSTA DE SOPAR VERDURA AMB PATATES LLOM A LA PLANXA I POMA FRUITA	CALORIES 695,2 KCal PROTEÍNES 23,0 gr. LÍPIDS 26,3 gr. HIDRATS 90,4 gr. PROPOSTA DE SOPAR AMANIDA VARIADA PATATES EMMASCARADES FRUITA	CALORIES 724,7 KCal PROTEÍNES 50,5 gr. LÍPIDS 27,0 gr. HIDRATS 72,4 gr. PROPOSTA DE SOPAR AMANIDA AMB FRUITS SECS ENTREPÀ DE YORK I FORMATGE FRUITA
DILLUNS - 20	DIMARTS – 21	DIMECRES -22	DIJOUS – 23	DIVENDRES –24
CALORIES 634,7 KCal PROTEÍNES 29,9 gr. LÍPIDS 26,1 gr. HIDRATS 70,0 gr. PROPOSTA DE SOPAR PASTA AMB VERDURES TONYINA A LA PLANXA FRUITA	CALORIES 749,9 KCal PROTEÍNES 37,8 gr. LÍPIDS 38,1 gr. HIDRATS 66,5 gr. PROPOSTA DE SOPAR SOPA DE PEIX AMB ARRÒS CROQUETES DE PERNIL FRUITA	CALORIES 625,7 KCal PROTEÍNES 33,5 gr. LÍPIDS 18,8 gr. HIDRATS 80,5 gr. PROPOSTA DE SOPAR BLEDES I PATATES POLLASTRE ARREBOSSAT FRUITA	CALORIES 594,8 KCal PROTEÍNES 46,3 gr. LÍPIDS 16,6 gr. HIDRATS 68,7 gr. PROPOSTA DE SOPAR AMANIDA AMB FRUITA FRESCA HAMBURGUESA VEGETAL IOGURT	CALORIES 708,8 KCal PROTEÍNES 24,9 gr. LÍPIDS 33,3 gr. HIDRATS 77,2 gr. PROPOSTA DE SOPAR AMANIDA GREGA TORRADA AMB TRUITA FRUITA
DILLUNS -27	DIMARTS -28	DIMECRES - 29	DIJOUS – 30	DIVENDRES –
CALORIES 594,1 KCal PROTEÍNES 24,0 gr. LÍPIDS 21,6 gr. HIDRATS 79,5 gr. PROPOSTA DE SOPAR COL-I-FLOR I MONIATO LLOM A LA PLANXA FRUITA	CALORIES 657,3 KCal PROTEÍNES 23,0 gr. LÍPIDS 24,5 gr. HIDRATS 86,2 gr. PROPOSTA DE SOPAR MONGETA, PASTANAGA I PATATA PEIX BLANC AL FORN FRUITA	CALORIES 701,6 KCal PROTEÍNES 46,0 gr. LÍPIDS 27,1 gr. HIDRATS 71,4 gr. PROPOSTA DE SOPAR ARRÒS AMB VERDURES TRUITA FRANCESA FRUITA	CALORIES 640,0 KCal PROTEÍNES 37,5 gr. LÍPIDS 15,8 gr. HIDRATS 88,2 gr. PROPOSTA DE SOPAR PÈSOLS AMB CEBA I PERNIL HAMBURGUESA DE POLLASTRE IOGURT	

*No es podrà realitzar cap modificació en el menú de cap alumne sense una prescripció mèdica que així ho indiqui.

Quan NOVEMBRE ve, abrigat bé.!

