

Menu octubre

LES CAROLINES

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
Amanida de pasta 3,1,12,13,4, Truita de carabasseta 3, Fruita del temps L Llomello amb formatge + tomata farcida + fruita K:806,G:29,S:5,H:100,P:31	Ensalada de cogombre i panses 5,8, Crema de carlota Bunyols de bacalla amb mel 1,4, Fruita del temps M Wok de fideus d'arròs amb saltat de verdures i pollastre + fruita K:844,G:39,S:3,H:82,P:31	Ensalada de remolatxa i pipes 5,8,12,13, Olleta de fesols Pollastre rostit Fruita del temps X "Quiche" de verdures al forn + fruita K:971,G:40,S:10,H:74,P:68	Ensalada de tomata i olives 12,13, Arròs a banda complet 2,4,14,3, logurt artesà Cuinatur 7, Truita d'albergínia + amanida + fruita K:962,G:35,S:10,H:114,P:44	Ensalada de carlota i lombarda Sopa i putxero de cigrons amb pilota 1, Fruita del temps V Creps de carabasseta i formatge + fruita K:761,G:20,S:4,H:102,P:34
Ensalada de remolatxa i ceba tendra Macarrons amb tomata i olives 1,12,13, Truita de porro i ceba 3, Fruita del temps L Bacallà amb all-i-oli i creïlles al forn + fruita K:814,G:31,S:6,H:102,P:27	Ensalada de carlota i lombarda Crema de carabassa Gallineta arrebossada 1,4,3, Fruita del temps M Pollastre al forn amb xips de carlota + fruita K:747,G:31,S:4,H:79,P:29	Ensalada de tomata i olives 12,13, Potatge de cigrons i espinacs Titot amb prunes 5,8, Fruita del temps X Taquets de sèpia amb salsa mery i bajoquetes verdes + fruita K:731,G:26,S:4,H:76,P:36	Ensalada de carabassa i lombarda. Arros amb fesols i naps Peix blau (C) fresc amb llima i lloer 4, Fruita del temps J Crema carabasseta + hamburguesa de llegums + làcti K:905,G:36,S:8,H:91,P:44	Ensalada de nap i poma Sopa d'au 1, Pollastre amb pernil i carlota logurt artesà Cuinatur 7, Fruita del temps V Remena't d'espinacs + formatge tendre + fruita K:1046,G:46,S:15,H:82,P:68
		Ensalada de carabassa i lombarda. Crema de carlota i poma Fideuà de l'horta amb bolets 1,3,2,4,6,7,8,9,12,14, Fruita del temps X Lluç arrebossat + espàrrecs planxa + fruita K:835,G:19,S:2,H:130,P:20	Ensalada de tomata i ceba tendra Sopa de peix 2,4,14,1, Pollastre a l'allet Fruita del temps J Pastís de creïlla amb bolonyesa + làcti K:855,G:34,S:9,H:72,P:57	Ensalada de pipes i rave. 5,8,12,13, Bullit valencià Llonganisses amb fesolets logurt artesà amb melmelada 7, Musclos al vapor + truita de boniato + fruita K:1214,G:67,S:22,H:82,P:54
Ensalada de carabassa i lombarda. Sopa de gallina i cigrons 1,3, Bacallà amb salsa verda 4, Fruita del temps L Crema coliflor + brotxeta de pollastre + fruita K:664,G:18,S:3,H:78,P:39	Ensalada de tomata i olives 12,13, Olla de la Plana Truita de creïlla i carlota 3, Fruita del temps M Xulletes de titot amb alls porros + fruita K:764,G:32,S:5,H:80,P:29	Ensalada de remolatxa i ceba tendra Arròs amb tomata Guisat de vedella Fruita del temps X Calamars amb salsa verda + saltat de xampinyons + fruita K:842,G:21,S:4,H:112,P:40	Ensalada de carlota i nap Crema de boniato Coca de verdures 1, Fruita del temps J Pèsols amb pernil + ous a la planxa + làcti K:866,G:27,S:2,H:123,P:20	Ensalada de api i panses 5,8,9, Espirals carbonara vegetal 1,3,7, Peix blau (C) fresc amb vinagreta de carlota 4, logurt artesà Cuinatur 7, Tortetes de dacsa farcides de pollastre + formatge + advocat + fruita K:909,G:40,S:15,H:91,P:40
Ensalada de carlota i ceba Llentilles estofades Remenat / truita de xampinyons 3, Fruita del temps L Noodles amb salmó + fruita K:735,G:32,S:5,H:75,P:27	Ensalada de poma i panses 5,8, Olleta de bledes Lluç al forn amb all i oli 3,4, Fruita del temps M Boletes d'espinacs i pollastre amb salsa tzatiki + fruita K:686,G:22,S:4,H:89,P:27	Ensalada de lombarda i carabassa. Sopa d'au 1, Pit de pollastre amb romesco 5,8,12,13, Fruita del temps X Bullit de tardor amb ou + làcti K:730,G:26,S:6,H:71,P:43	Ensalada de remolatxa i ceba tendra Macarrons amb salsa de carabassa 1, Peix blau fresc(A) en tempura 4,1, Fruita del temps J Pizza o coca cassolana amb tomata, carlota i formatge + fruita K:784,G:24,S:3,H:106,P:28	Ensalada de carabassa i olives negres 12,13, Pa amb oli i pernil serrà 1, Arròs al forn logurt artesà amb melmelada 7, Llobarro al forn amb vinagreta de llima + saltat de bròquil + fruita K:1029,G:40,S:11,H:122,P:35

Dades nutricionals: K:Valor Energètic kcal, G:Grasas, S:Grasas saturades, H: Hidrats de carboni, P:Proteínas

K:847,G:31,S:6,H:92,P:37



