

# Menu gener

## LES CAROLINES

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
3	4	5	6	7
<p>Ensalada de carlota i nap Arròs amb tomata Truita de cavalla 3,4,6, Fruita del temps L</p> <p>Bullit d'hivern amb carabassa + contraçuixa de pollastre + fruita K:885,G:34,S:6,H:108,P:30</p>	<p>Ensalada de carabassa i nap Llenties amb bledes Coca de verdures i formatge 7,1, Fruita del temps M</p> <p>Llom en salsa amb espàrrecs + fruita K:893,G:29,S:4,H:115,P:27</p>	<p>Ensalada d'espínacs i panses 5,8, Sopa + putxero de cigrons amb pilota 1,3, Fruita del temps X</p> <p>Taquets de sèpia amb salsa mery + verdures a la planxa + làcti K:831,G:19,S:4,H:119,P:35</p>	<p>Ensalada de carabassa i lombarda. Espirals amb crema de xampinyons 1,3,7, Bunyols de bacalla amb mel 1,4, logurt artesà Cuinatur 7,</p> <p>Tortetes de dacs amb advocat, formatge i verdures al gust + fruita K:1120,G:56,S:13,H:97,P:48</p>	<p>Ensalada de remolatxa i pipes 5,8,12,13, Crema de porro i fenoll Pollastre al forn amb poma Fruita del temps V</p> <p>Sàndvitx integral amb ou i tonyina + fruita K:952,G:37,S:10,H:86,P:63</p>
<p>Ensalada de carabassa i lombarda. Macarrons amb tomata i olives 12,13,1, Lluç amb all i pebre 4, Fruita del temps L</p> <p>Crema d'espínacs + brotxetes de pollastre + fruita K:785,G:22,S:4,H:109,P:32</p>	<p>Ensalada de remolatxa i pipes 5,8,12,13, Olla de la Plana Truita de creïlles i ceba 3, Fruita del temps M</p> <p>Fideus d'arròs amb saltejat de verdures amb salsa al gust + fruita K:756,G:31,S:5,H:78,P:29</p>	<p>Ensalada de lombarda i panses 5,8, Crema de coliflor Hamburguesa amb tomata Fruita del temps X</p> <p>Llenguado amb palets de carlota planxa + làcti K:871,G:22,S:6,H:101,P:35</p>	<p>Ensalada de poma i carlota Fideus amb cigrons 1,3, Aladroc fregits 1,4, logurt artesà amb melmelada 7,</p> <p>Pizza cassolana amb formatge, xampinyons i carlota + fruita K:784,G:28,S:7,H:81,P:38</p>	<p>Ensalada de carabassa i olives verdes 12,13, Pa amb oli i formatge fresc 1,7, Paella amb pollastre i carxofes Fruita del temps V</p> <p>Truita francesa + saltejat de faves + fruita K:919,G:35,S:8,H:114,P:32</p>
<p>Ensalada de carabassa i nap Llenties estofades Gallineta arrebossada 1,4,3, Fruita del temps L</p> <p>Pollastre al forn amb xips de boniato + fruita K:794,G:33,S:4,H:79,P:33</p>	<p>Ensalada d'espínacs i panses 5,8, Espirals bolonyesa vegetal 8,6,1,5,11,3, Ous farcits amb tomata i ametlla 3,8, Fruita del temps M</p> <p>Crema de carlota + salmó en salsa verde + làcti K:777,G:25,S:4,H:99,P:29</p>	<p>Ensalada de carlota i ceba Sopa d'au 1,3, Pit de pollastre amb romesco 5,8,12,13, Fruita del temps X</p> <p>"Quesadillas" amb mozzarella, xampinyons i lacón + fruita K:809,G:25,S:6,H:92,P:44</p>	<p>Ensalada de lombarda i carabassa. Arròs a banda complet 2,4,14,3, Fruita del temps J</p> <p>Truita d'espínacs + fruita K:876,G:23,S:3,H:123,P:39</p>	<p>Ensalada de remolatxa i pipes 5,8,12,13, Crema de brècol Bacallà al forn amb all i oli 4,3, logurt artesà Cuinatur 7,</p> <p>Xulletes de titot amb alls tendres + fruita K:732,G:29,S:9,H:74,P:36</p>
<p>Ensalada de carlota i panses 5,8, Macarrons amb ceba i tonyina 1,4, Truita de boniato 3, Fruita del temps L</p> <p>Croquetes de llenties rojes amb ceba i carlota + làcti K:914,G:34,S:5,H:112,P:33</p>				

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

K:856,G:30,S:6,H:99,P:36



