

<i>¿Qué comemos hoy?</i>	<i>Què mengem hui?</i>	<i>What are we eating today?</i>	<i>Qu'est-ce qu'on mange aujourd'hui?</i>	
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>LA VALORACIÓ NUTRICIONAL ESTÀ CALCULADA BASANT-SE EN LA FRANJA DE MAJOR EDAT</b>				
<b>Dia 11</b>	<b>Dia 12</b>	<b>Dia 13</b>	<b>Dia 14</b>	<b>Dia 15</b>
<b>Macarrons amb tomaca i tonyina</b> <b>Formatge, titot i xoriço</b> <b>Ensalada. Poma</b>  Kcal 734,29 Carb. 105,74 (az 28,53) Lip. 21,68 (sat. 4,86) Prot 29,98 Sal 7,17	<b>Crema de carbasseta</b> <b>Pit empanat amb ketchup.</b> <b>Ensalada. Plàtan</b> Kcal 637,77 Carb. 59,4 (az 22,46) Lip. 31,41 (sat. 4,21) Prot 30,13 Sal 8,49	<b>Sopa d'olla</b> <b>Hamburguesas amb creïlles</b> <b>Ensalada. Pera</b>  Kcal 745,1 Carb. 63,49 (az 19,03) Lip. 43,92 (sat. 18,85) Prot 30,18 Sal 7,86	<b>Lentilles a la riojana</b> <b>Llonganisses rostides amb tomaca</b> <b>Ensalada. logurt</b> Kcal 902,48 Carb. 68,61 (az 21,87) Lip. 45,41 (sat. 13,84) Prot 51,8 Sal 6,57	<b>Fideuà</b> <b>Supremes de lluç.</b> <b>Ensalada.</b> <b>Bresquilla en almívar</b> Kcal 1044,89 Carb. 125,06 (az 21,76) Lip. 41,35 (sat. 4,89) Prot 62,93 Sal 6,85
<b>Dia 18</b>	<b>Dia 19</b>	<b>Dia 20</b>	<b>Dia 21</b>	<b>Dia 22</b>
<b>Espagueti bolonyesa</b> <b>Croquetes de pollastre</b> <b>Ensalada. Gelatina</b>  Kcal 804,06 Carb. 187,13 (az 22,53) Lip. 22,55 (sat. 5,9) Prot 28,8 Sal 7,12	<b>Arròs al forn</b> <b>Pernil salat i formatge.</b> <b>Ensalada. Poma</b>  Kcal 997,3 Carb. 118,06 (az 16,12) Lip. 39,54 (sat. 5,23) Prot 45,31 Sal 9,95	<b>Mandonguilles amb verdures</b> <b>Truita de creïlles</b> <b>Ensalada. Pera</b>  Kcal 797,3 Carb. 81,83 (az 23,02) Lip. 44,35 (sat. 12,29) Prot 35,92 Sal 5,59	<b>Potatge de cigrons</b> <b>Filet de lleguado amb maionesa</b> <b>Ensalada. Natilles</b> Kcal 877,98 Carb. 105,48 (az 25,22) Lip. 58,76 (sat. 3,87) Prot 46,83 Sal 7,78	<b>Sopa d'olla</b> <b>Pollastre al forn amb papes</b> <b>Ensalada. Plàtan</b>  Kcal 950,11 Carb. 42,52 (az 18,09) Lip. 59,53 (sat. 12,24) Prot 64,48 Sal 9,43
<b>Dia 25</b>	<b>Dia 26</b>	<b>Dia 27</b>	<b>Dia 28</b>	<b>Dia 29</b>
<b>Arròs a la cubana</b> <b>Ou fregit amb tomaca i titot.</b> <b>Ensalada. Poma</b>  Kcal 964,21 Carb. 146,49 (az 27,45) Lip. 35,74 (sat. 2,71) Prot 22,19 Sal 7,74	<b>Sopa coberta</b> <b>Llom rostit.</b> <b>Ensalada. Pera</b>  Kcal 664,8 Carb. 37,89 (az 19,03) Lip. 47,62 (sat. 16,45) Prot 28,81 Sal 7,06	<b>Crema de verdures</b> <b>Hamburguesas con patatas y ketchup</b> <b>Ensalada. Plàtan</b> Kcal 937,45 Carb. 89,05 (az 19,58) Lip. 52,67 (sat. 18,61) Prot 31,47 Sal 9,49	<b>Lentilles amb xoriço</b> <b>Pit empanat</b> <b>Ensalada. logurt</b>  Kcal 983,13 Carb. 79,64 (az 19,17) Lip. 42,6 (sat. 10,22) Prot 60,5 Sal 7,15	<b>Fideuà</b> <b>Halibut en salsa verd</b> <b>Ensalada. Poma</b> Kcal 1005,15 Carb. 111,37 (az 19,78) Lip. 37,55 (sat. 4,43) Prot 74,81 Sal 6,62