


¿Qué comemos hoy?	Què mengem hui?	What are we eating today?	Qu'est-ce qu'on mange aujourd'hui?	
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
LA VALORACIÓ NUTRICIONAL ESTÀ CALCULADA BASANT-SE EN LA FRANJA DE MAJOR EDAT				Día 1 Mandonguilles amb verdures Truita de creïlles Ensalada. Pera Kcal 797,24 Carb. 81,83 (az 23,02) Lip.44,35 (sat. 12,29) Prot 35,92 Sal 5,59
Día 4 Paella de pollastre i conill Titot i formatge Ensalada. Taronja Kcal 881,86 Carb. 111,03 (az 12,18) Lip. 34,84 (sat. 3,65) Prot 33,48 Sal 9,36	Día 5 Crema de carbasseta Pit empanat Ensalada. Préssec i pinya en almívar Kcal 695,15 Carb. 71,24 (az 41,0) Lip. 31,24 (sat. 4,09) Prot 29,72 Sal 8,33	Día 6 FESTIVITAT DE LA CONSTITUCIÓ	Día 7 	Día 8 FESTIVITAT DE LA INMACULADA CONCEPCIÓ
Día 11 Macarrons bolonyesa Nuggets de pollastre Ensalada. Gelatina Kcal 831,06 Carb. 188,27 (az 18,89) Lip. 26,49 (sat. 3,36) Prot 30,36 Sal 6,05	Día 12 Arròs a la cubana Ou fregit amb tomaca i titot. Ensalada. Poma Kcal 964,21 Carb. 146,49 (az 27,45) Lip. 35,74 (sat. 2,71) Prot 22,19 Sal 7,74	Día 13 Llenties amb verdures Filet de halibut Ensalada. Plàtan Kcal 888,34 Carb. 75,32 (az 17,50) Lip. 35,15 (sat. 6,60) Prot 59,07 Sal 6,03	Día 14 Sopa coberta Pollastre al forn Ensalada. Natilles Kcal 987,61 Carb. 43,07 (az 26,16) Lip. 60,89 (sat. 13,29) Prot 67,19 Sal 9,63	Día 15 Estofat de vedella Pernil salat i formatge Ensalada. Pera Kcal 809,24 Carb. 74,53 (az 19,34) Lip.34,04 (sat. 9,61) Prot 45,56 Sal 8,13
Día 18 Crema de verdures Llom rostit Ensalada. Pera Kcal 832,15 Carb. 58,56 (az 18,42) Lip. 56,18 (sat. 16,09) Prot 29,24 Sal 8,51	Día 19 Arròs al forn Formatge, titot i xoriço Ensalada. Taronja Kcal 999,89 Carb. 111,58 (az 12,63) Lip. 41,73 (sat. 6,07) Prot 46,87 Sal 9,88	Día 20 Sopa d'olla Hamburguesas amb creïlles Ensalada. Plàtan Kcal 754,1 Carb. 64,78 (az 17,19) Lip. 44,11 (sat. 18,97) Prot 30,84 Sal 7,84	Día 21 Potatge de cigrons Pit rostit Ensalada. logur Kcal 746,22 Carb. 93,3 (az 18,67) Lip. 50,96 (sat. 4,39) Prot 43,07 Sal 8,66	Día 22 Fideuà Calamars i crestes Ensalada. Poma ¡SORPRESA! Kcal 1027,3 Carb. 127,7 (az 20,03) Lip. 41,87 (sat. 6,9) Prot 57,32 Sal 7,25