

2

FESTIVO

3

FESTIVO

4

627 Kcal. P.: 26 HC.: 33 L.: 36 G.: 8

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
POLLASTRE A LA TARONJA
PASTANAGA BOLLIDA
IOGURT

5

493 Kcal. P.: 16 HC.: 37 L.: 44 G.: 13

CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA
LLOM DE PORC AL FORN
PATATA PANADERA
FRUITA

6

820 Kcal. P.: 11 HC.: 46 L.: 41 G.: 7

ARRÒS AMB SALSÀ "ALLA NORMA" (SALSÀ DE
TOMÀQUET I ALBERGÍNIA)
FILET D'ABADEJO AL FORN
MONGETES VERDES
FRUITA

9

779 Kcal. P.: 13 HC.: 44 L.: 39 G.: 6

LLENTIES ESTOFADES
POLLASTRE AL FORN
VERDURES
FRUITA

10

673 Kcal. P.: 18 HC.: 49 L.: 30 G.: 6

MACARRONS INTEGRALS BOLONYESA
(TOMÀQUET NATURAL I CARN PICADA)
LLUÇ AMB SALSÀ VERDA
CARBASSÒ
FRUITA

11

969 Kcal. P.: 10 HC.: 35 L.: 54 G.: 14

ARRÒS A LA CUBANA
SALSITXES AL FORN
BRÒQUIL
FRUITA

12

657 Kcal. P.: 25 HC.: 26 L.: 48 G.: 14

MERCAT DE LIVRAMENTO

(PORTUGAL)

CREMA DE ELOTE (Blat de moro, ceba i
patata)
POLLASTRE AL FORN
PATATES A DAUS
IOGURT

13

632 Kcal. P.: 12 HC.: 41 L.: 45 G.: 8

SOPA D'AU AMB PASTA
TRUITA DE PATATA AMB SALSÀ
TOMÀTIGA
FRUITA

16

738 Kcal. P.: 19 HC.: 43 L.: 35 G.: 8

ESPIRALS (INTEGRAL) AMB TOMÀQUET
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA
PASTANAGA BOLLIDA
FRUITA

17

582 Kcal. P.: 19 HC.: 46 L.: 29 G.: 6

GUISAT DE CIGRONS
OUS DURS AMB "PISTO EXTREMEÑO"
FRUITA

18

579 Kcal. P.: 14 HC.: 40 L.: 43 G.: 13

CREMA DE CARBASSÒ
MANDONGUILLES AMB PÈSOLS I PATATES
DAU
FRUITA

19

523 Kcal. P.: 18 HC.: 57 L.: 20 G.: 5

ESCUDELLA
BULLIT
FRUITA

20

755 Kcal. P.: 18 HC.: 40 L.: 40 G.: 9

JORNADA FISH REVOLUTION

PAELLA AMB VERDURES
SALMÓ AL FORN AMB SALSÀ D'ALFÀBREGA
FRESCA
MONGETES VERDES
IOGURT

23

610 Kcal. P.: 13 HC.: 40 L.: 44 G.: 13

CREMA DE BRÒQUIL
HAMBURGUESA MIXTA
ARRÒS INTEGRAL
FRUITA

24

699 Kcal. P.: 19 HC.: 48 L.: 30 G.: 7

ESPAGUETIS GRATINATS
LLUÇ A LA MALLORQUINA
VERDURES
IOGURT

25

657 Kcal. P.: 23 HC.: 42 L.: 29 G.: 5

LLENTIES ESTOFADES AMB PATATA
POLLASTRE AL FORN
TOMÀQUET AMANIT
FRUITA

26

669 Kcal. P.: 9 HC.: 49 L.: 40 G.: 6

SOPA DE PEIX
MANDONGUILLES
PATATES A DAUS
FRUITA

27

712 Kcal. P.: 11 HC.: 54 L.: 33 G.: 7

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
TRUITA DE CARBASSÒ
BRÒQUIL
FRUITA

30

642 Kcal. P.: 15 HC.: 57 L.: 25 G.: 4

ESPIRALS (INTEGRAL) AMB TOMÀQUET
ABADEJO AL FORN
CARBASSÒ
FRUITA

31

535 Kcal. P.: 21 HC.: 31 L.: 46 G.: 10

CREMA DE VERDURES
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL
TOMÀTIGA
FRUITA



FISH
REVOLUTION



GUARDIANS
DE SALUT



Grow
FOOD
BANKS

