




Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Mitja setmanal	
			1 Arròs amb peix Truita francesa amb amanida Iogurt de sabors	2 Sopa de fideus fins Escalopa amb amanida Fruita del temps	Kcal	563
					Prot	28
					Lip	24,6
					Hidr.	57,6
5 Mongeta tendra i patata Salsitxes a la planxa amb amanida Fruita del temps	6 FESTIU	7 Macarrons a la napolitana Truita amb formatge i amanida Fruita del temps	8 FESTIU	9 FESTA	Kcal	548
					Prot	23,5
					Lip	23,1
					Hidr.	61,7
12 Arròs amb tomàquet Croquetes de pernil amb xips Fruita en almíbar	13 Sopa de pistons Estofat de gall d'indi amb amanida Fruita del temps	14 Llenties estofades Panga al forn amb verdures Fruita del temps	15 Espaguetis carbonara Truita francesa amb amanida Iogurt de sabors	16 Mongeta tendra i patata Hamburguesa amb salsa de tomàquet Fruita del temps	Kcal	553
					Prot	25,1
					Lip	23,6
					Hidr.	60,2
19 Arròs a la cassola Truita francesa amb amanida Fruita del temps	20 Cigrons escolars Luç empanat amb amanida Fruita del temps	21 Crema de verdures Mandonguilles jardinera Fruita del temps	22 Sopa de Nadal Pernilet al forn amb xips Turró	23 VACANCES DE NADAL	Kcal	553
					Prot	24,5
					Lip	24,1
					Hidr.	59,6
26 	27	28	29	30 		

Bon Nadal

Dietista: Neus Martínez



Proposta de sopars