



dilluns, 2 març de 2020	dimarts, 3 març de 2020	dimecres, 4 març de 2020	dijous, 5 març de 2020	divendres, 6 març de 2020
<p>Espaguetis integrals thai amb pastanaga i ceba</p> <p>Lluç al forn</p> <p>Carabassó arrebossat</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa</p> <p><b>1069 Kcal</b> P: 34,51 g HC: 90,90 g L: 32,73 g</p> <p>Cereal amb verdures Au Fruita</p>	<p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Truita francesa amb formatge</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>816 Kcal</b> P: 30,83 g HC: 95,43 g L: 32,03 g</p> <p>Sopa Peix amb verdura Lacti natural</p>	<p>Patates estofades amb magra</p> <p>Bacallà a la papillota de verdures</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>735 Kcal</b> P: 38,05 g HC: 95,47 g L: 36,15 g</p> <p>Sopa Carn vermella amb verdura Lacti natural</p>	<p>Mongeta verda amb patates</p> <p>Estofat de gall d'indi amb xampinyons</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>742 Kcal</b> P: 31,04 g HC: 78,56 g L: 38,48 g</p> <p>Llegum amb cereal Ou amb verdura Fruita</p>	<p>Arròs amb verdures</p> <p>Vedella empanada</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>812 Kcal</b> P: 43,41 g HC: 102,43 g L: 34,22 g</p> <p>Especial divendres</p>
<p>dilluns, 9 març de 2020</p> <p>Tallarines amb salsa de xampinyons</p> <p>Salsitxes de porc al forn</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa</p> <p><b>895 Kcal</b> P: 32,35 g HC: 77,83 g L: 27,14 g</p> <p>Verdura Peix amb patata Fruita</p>	<p>dimarts, 10 març de 2020</p> <p>Coliflor amb patata</p> <p>Mongetes blanques saltades amb carabassa</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>703 Kcal</b> P: 34,98 g HC: 85,30 g L: 24,64 g</p> <p>Cereal amb verdures Ou Fruita</p>	<p>dimecres, 11 març de 2020</p> <p>Sopa de pollastre amb pasta</p> <p>Lluç amb verdures al forn</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>742 Kcal</b> P: 37,87 g HC: 112,33 g L: 27,46 g</p> <p>Crema Au amb cereal Lacti natural</p>	<p>dijous, 12 març de 2020</p> <p>Cigrons estofats amb bacallà</p> <p>Ous remenats amb tomàquet i xampinyons</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>897 Kcal</b> P: 43,51 g HC: 71,46 g L: 48,57 g</p> <p>Verdura i patata Peix Fruita</p>	<p>divendres, 13 març de 2020</p> <p>Arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Pollastre al forn amb taronja</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>895 Kcal</b> P: 40,79 g HC: 110,73 g L: 32,06 g</p> <p>Especial divendres</p>
<p>dilluns, 16 març de 2020</p> <p>Crema de carbassó amb rostes</p> <p>Canelons de carn gratinats</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>830 Kcal</b> P: 48,03 g HC: 78,15 g L: 25,84 g</p> <p>Patata Peix amb amanida Fruita</p>	<p>dimarts, 17 març de 2020</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Ous farcits de tonyina</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>795 Kcal</b> P: 30,65 g HC: 73,82 g L: 40,12 g</p> <p>Cereal amb verdures Au Fruita</p>	<p>dimecres, 18 març de 2020</p> <p>Arròs integral tres delícies casolà</p> <p>Fricandó de vedella amb xampinyons</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>854 Kcal</b> P: 34,49 g HC: 80,56 g L: 28,81 g</p> <p>Crema Ou amb patata Lacti natural</p>	<p>dijous, 19 març de 2020</p> <p>Patates estofades amb verdures</p> <p>Salmó a la mostassa</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa integral</p> <p><b>740 Kcal</b> P: 29,01 g HC: 111,67 g L: 45,60 g</p> <p>Verdura Llegum amb cereal Fruita</p>	<p>divendres, 20 març de 2020</p> <p style="text-align: center; color: white;"><b>Dia de lliure disposició</b></p>
<p>dilluns, 23 març de 2020</p> <p>Sopa de rap amb fideus</p> <p>Truita de carbassó</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa</p> <p><b>798 Kcal</b> P: 27,36 g HC: 98,81 g L: 44,60 g</p> <p>Verdura i patata Peix Fruita</p>	<p>dimarts, 24 març de 2020</p> <p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Pollastre a la italiana</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>854,29 Kcal</b> P: 49,47 g HC: 81,64 g L: 36,65 g</p> <p>Verdura i patata Peix Fruita</p>	<p>dimecres, 25 març de 2020</p> <p>Minestra de verdures</p> <p>Mongetes blanques estofades amb verdures</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>701 Kcal</b> P: 14,89 g HC: 114,54 g L: 32,07 g</p> <p>Cereal Carn vermella amb amanida Lacti natural</p>	<p>dijous, 26 març de 2020</p> <p>Espirals integrals amb tomàquet</p> <p>Lluç a la romana</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>864 Kcal</b> P: 38,34 g HC: 99,44 g L: 29,45 g</p> <p>Verdura Ou amb patata Fruita</p>	<p>divendres, 27 març de 2020</p> <p>Arròs amb pollastre i pastanaga</p> <p>Mandonguilles amb salsa de tomàquet</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>1010 Kcal</b> P: 47,92 g HC: 122,99 g L: 36,24 g</p> <p>Especial divendres</p>
<p>dilluns, 30 març de 2020</p> <p>Arròs integral amb verdures</p> <p>Pernilets de pollastre al forn</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa</p> <p><b>894 Kcal</b> P: 23,86 g HC: 121,52 g L: 34,33 g</p> <p>Sopa amb cereal Au amb verdura Fruita</p>	<p>dimarts, 31 març de 2020</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Ous remenats amb xampinyons</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>853 Kcal</b> P: 39,72 g HC: 84,99 g L: 39,37 g</p> <p>Cereal amb verdures Peix Fruita</p>	<p>dimecres, 1 abril de 2020</p> <p>Patates estofades amb verdures</p> <p>Calamars a la romana</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>789 Kcal</b> P: 34,31 g HC: 99,71 g L: 27,77 g</p> <p>Patata i verdura Carn vermella amb amanida Lacti natural</p>	<p>dijous, 2 abril de 2020</p> <p>Espaguetis a la camperola</p> <p>Limanda en salsa verda</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>871 Kcal</b> P: 38,01 g HC: 109,04 g L: 30,73 g</p> <p>Llegum amb cereal Ou amb verdura Fruita</p>	<p>divendres, 3 abril de 2020</p> <p>Crema de carbassa amb rostes</p> <p>Botifarra al forn</p> <p>Mongetes blanques saltades</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>833 Kcal</b> P: 33,49 g HC: 99,91 g L: 43,70 g</p> <p>Especial divendres</p>





dilluns, 2 març de 2020	dimarts, 3 març de 2020	dimecres, 4 març de 2020	dijous, 5 març de 2020	divendres, 6 març de 2020
<p>Espaguetis <b>sense ou i sense gluten</b></p> <p>thai amb pastanaga i ceba</p> <p>Lluç al forn</p> <p>Carabassó arrebossat <b>sense gluten</b></p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa <b>sense gluten</b></p> <p><b>1069 Kcal</b> P: 34,51 g HC: 90,90 g L: 32,73 g</p> <p>Cereal amb verdures Au Fruita</p>	<p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Truita francesa amb formatge</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa <b>sense gluten</b></p> <p><b>816 Kcal</b> P: 30,83 g HC: 95,43 g L: 32,03 g</p> <p>Sopa Peix amb verdura Lacti natural</p>	<p>Patates estofades amb magra</p> <p>Bacallà a la papillota de verdures</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa <b>sense gluten</b></p> <p><b>735 Kcal</b> P: 38,05 g HC: 95,47 g L: 36,15 g</p> <p>Sopa Carn vermella amb verdura Lacti natural</p>	<p>Mongeta verda amb patates</p> <p>Estofat de gall d'indi amb xampinyons</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa <b>sense gluten</b></p> <p><b>742 Kcal</b> P: 31,04 g HC: 78,56 g L: 38,48 g</p> <p>Llegum amb cereal Ou amb verdura Fruita</p>	<p>Arròs amb verdures</p> <p>Vedella empanada <b>sense gluten</b></p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa <b>sense gluten</b></p> <p><b>812 Kcal</b> P: 43,41 g HC: 102,43 g L: 34,22 g</p> <p>Especial divendres</p>
<p>dilluns, 9 març de 2020</p> <p>Tallarines <b>sense ou i sense gluten</b></p> <p>amb salsa de xampinyons</p> <p>Salsitxes de porc al forn</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa <b>sense gluten</b></p> <p><b>895 Kcal</b> P: 32,35 g HC: 77,83 g L: 27,14 g</p> <p>Verdura Peix amb patata Fruita</p>	<p>dimarts, 10 març de 2020</p> <p>Coliflor amb patata</p> <p>Mongetes blanques saltades amb carabassa</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa <b>sense gluten</b></p> <p><b>703 Kcal</b> P: 34,98 g HC: 85,30 g L: 24,64 g</p> <p>Cereal amb verdures Ou Fruita</p>	<p>dimecres, 11 març de 2020</p> <p>Sopa de pollastre amb pasta <b>sense ou i sense gluten</b></p> <p>Lluç amb verdures al forn</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa <b>sense gluten</b></p> <p><b>742 Kcal</b> P: 37,87 g HC: 112,33 g L: 27,46 g</p> <p>Crema Au amb cereal Lacti natural</p>	<p>dijous, 12 març de 2020</p> <p>Cigrons estofats amb bacallà</p> <p>Ous remenats amb tomàquet i xampinyons</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa <b>sense gluten</b></p> <p><b>897 Kcal</b> P: 43,51 g HC: 71,46 g L: 48,57 g</p> <p>Verdura i patata Peix Fruita</p>	<p>divendres, 13 març de 2020</p> <p>Arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Pollastre al forn amb taronja</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa <b>sense gluten</b></p> <p><b>895 Kcal</b> P: 40,79 g HC: 110,73 g L: 32,06 g</p> <p>Especial divendres</p>
<p>dilluns, 16 març de 2020</p> <p>Crema de carbassó amb rostes <b>sense gluten</b></p> <p>Moussaka de verdures</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa <b>sense gluten</b></p> <p><b>830 Kcal</b> P: 48,03 g HC: 78,15 g L: 25,84 g</p> <p>Patata Peix amb amanida Fruita</p>	<p>dimarts, 17 març de 2020</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Ous farcits de tonyina</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa <b>sense gluten</b></p> <p><b>795 Kcal</b> P: 30,65 g HC: 73,82 g L: 40,12 g</p> <p>Cereal amb verdures Au Fruita</p>	<p>dimecres, 18 març de 2020</p> <p>Arròs integral tres delícies casolà</p> <p>Fricandó de vedella amb xampinyons</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa <b>sense gluten</b></p> <p><b>854 Kcal</b> P: 34,49 g HC: 80,56 g L: 28,81 g</p> <p>Crema Ou amb patata Lacti natural</p>	<p>dijous, 19 març de 2020</p> <p>Patates estofades amb verdures</p> <p>Salmó a la mostassa</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa <b>sense gluten</b></p> <p><b>740 Kcal</b> P: 29,01 g HC: 111,67 g L: 45,60 g</p> <p>Verdura Llegum amb cereal Fruita</p>	<p>divendres, 20 març de 2020</p> <p style="text-align: center; color: white;"><b>Dia de lliure disposició</b></p>
<p>dilluns, 23 març de 2020</p> <p>Sopa de rap amb fideus <b>sense ou i sense gluten</b></p> <p>Truita de carbassó</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa <b>sense gluten</b></p> <p><b>798 Kcal</b> P: 27,36 g HC: 98,81 g L: 44,60 g</p> <p>Verdura i patata Peix Fruita</p>	<p>dimarts, 24 març de 2020</p> <p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Pollastre a la italiana</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa <b>sense gluten</b></p> <p><b>854,29 Kcal</b> P: 49,47 g HC: 81,64 g L: 36,65 g</p> <p>Verdura i patata Peix Fruita</p>	<p>dimecres, 25 març de 2020</p> <p>Minestra de verdures</p> <p>Mongetes blanques estofades amb verdures</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa <b>sense gluten</b></p> <p><b>701 Kcal</b> P: 14,89 g HC: 114,54 g L: 32,07 g</p> <p>Cereal Carn vermella amb amanida Lacti natural</p>	<p>dijous, 26 març de 2020</p> <p>Espirals <b>sense ou i sense gluten</b></p> <p>amb tomàquet</p> <p>Lluç a la romana <b>sense gluten</b></p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa <b>sense gluten</b></p> <p><b>864 Kcal</b> P: 38,34 g HC: 99,44 g L: 29,45 g</p> <p>Verdura Ou amb patata Fruita</p>	<p>divendres, 27 març de 2020</p> <p>Arròs amb pollastre i pastanaga</p> <p>Mandonguilles amb salsa de tomàquet</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa <b>sense gluten</b></p> <p><b>1010 Kcal</b> P: 47,92 g HC: 122,99 g L: 36,24 g</p> <p>Especial divendres</p>
<p>dilluns, 30 març de 2020</p> <p>Arròs integral amb verdures</p> <p>Pernilets de pollastre al forn</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa <b>sense gluten</b></p> <p><b>894 Kcal</b> P: 23,86 g HC: 121,52 g L: 34,33 g</p> <p>Sopa amb cereal Au amb verdura Fruita</p>	<p>dimarts, 31 març de 2020</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Ous remenats amb xampinyons</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa <b>sense gluten</b></p> <p><b>853 Kcal</b> P: 39,72 g HC: 84,99 g L: 39,37 g</p> <p>Cereal amb verdures Peix Fruita</p>	<p>dimecres, 1 abril de 2020</p> <p>Patates estofades amb verdures</p> <p>Calamars <b>a la andalusa</b></p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa <b>sense gluten</b></p> <p><b>789 Kcal</b> P: 34,31 g HC: 99,71 g L: 27,77 g</p> <p>Patata i verdura Carn vermella amb amanida Lacti natural</p>	<p>dijous, 2 abril de 2020</p> <p>Espaguetis <b>sense ou i sense gluten</b></p> <p>a la camperola</p> <p>Limanda en salsa verda</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa <b>sense gluten</b></p> <p><b>871 Kcal</b> P: 38,01 g HC: 109,04 g L: 30,73 g</p> <p>Llegum amb cereal Ou amb verdura Fruita</p>	<p>divendres, 3 abril de 2020</p> <p>Crema de carbassa amb rostes</p> <p>Botifarra al forn</p> <p>Mongetes blanques saltades</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa <b>sense gluten</b></p> <p><b>833 Kcal</b> P: 33,49 g HC: 99,91 g L: 43,70 g</p> <p>Especial divendres</p>





# Escola Taula Rodona - Sant Quirze del Vallès

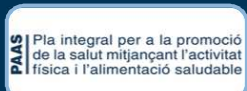
Març de 2020

Menú sense lactosa



ISS FACILITY SERVICES | C. Jesús Serra Santamans, 7 | 08174 SANT CUGAT DEL VALLÈS | Tel. 902 266 366 | info@es.issworld.com

dilluns, 2 març de 2020	dimarts, 3 març de 2020	dimecres, 4 març de 2020	dijous, 5 març de 2020	divendres, 6 març de 2020
<p>Espaguetis integrals thai amb pastanaga i ceba</p> <p>Lluç al forn</p> <p>Carabassó arrebossat</p> <p>logurt natural de soja</p> <p>Pa</p> <p><b>1069 Kcal</b> P: 34,51 g HC: 90,90 g L: 32,73 g</p> <p>Cereal amb verdures Au Fruita</p>	<p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Truita francesa</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>816 Kcal</b> P: 30,83 g HC: 95,43 g L: 32,03 g</p> <p>Sopa Peix amb verdura Lacti natural</p>	<p>Patates estofades amb magra</p> <p>Bacallà a la papillota de verdures</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>735 Kcal</b> P: 38,05 g HC: 95,47 g L: 36,15 g</p> <p>Sopa Carn vermella amb verdura Lacti natural</p>	<p>Mongeta verda amb patates</p> <p>Estofat de gall d'indi amb xampinyons</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>742 Kcal</b> P: 31,04 g HC: 78,56 g L: 38,48 g</p> <p>Llegum amb cereal Ou amb verdura Fruita</p>	<p>Arròs amb verdures</p> <p>Vedella empanada</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>812 Kcal</b> P: 43,41 g HC: 102,43 g L: 34,22 g</p> <p>Especial divendres</p>
<p>dilluns, 9 març de 2020</p> <p>Tallarines amb salsa de xampinyons</p> <p>Salsitxes de porc al forn</p> <p>Amanida del dia</p> <p>logurt natural de soja</p> <p>Pa</p> <p><b>895 Kcal</b> P: 32,35 g HC: 77,83 g L: 27,14 g</p> <p>Verdura Peix amb patata Fruita</p>	<p>dimarts, 10 març de 2020</p> <p>Coliflor amb patata</p> <p>Mongetes blanques saltades amb carabassa</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>703 Kcal</b> P: 34,98 g HC: 85,30 g L: 24,64 g</p> <p>Cereal amb verdures Ou Fruita</p>	<p>dimecres, 11 març de 2020</p> <p>Sopa de pollastre amb pasta</p> <p>Lluç amb verdures al forn</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>742 Kcal</b> P: 37,87 g HC: 112,33 g L: 27,46 g</p> <p>Crema Au amb cereal Lacti natural</p>	<p>dijous, 12 març de 2020</p> <p>Cigrons estofats amb bacallà</p> <p>Ous remenats amb tomàquet i xampinyons</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>897 Kcal</b> P: 43,51 g HC: 71,46 g L: 48,57 g</p> <p>Verdura i patata Peix Fruita</p>	<p>divendres, 13 març de 2020</p> <p>Arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Pollastre al forn amb taronja</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>895 Kcal</b> P: 40,79 g HC: 110,73 g L: 32,06 g</p> <p>Especial divendres</p>
<p>dilluns, 16 març de 2020</p> <p>Crema de carbassó amb rostes</p> <p>Moussaka de verdures</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>830 Kcal</b> P: 48,03 g HC: 78,15 g L: 25,84 g</p> <p>Patata Peix amb amanida Fruita</p>	<p>dimarts, 17 març de 2020</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Ous farcits de tonyina</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>795 Kcal</b> P: 30,65 g HC: 73,82 g L: 40,12 g</p> <p>Cereal amb verdures Au Fruita</p>	<p>dimecres, 18 març de 2020</p> <p>Arròs integral tres delícies casolà</p> <p>Fricandó de vedella amb xampinyons</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>854 Kcal</b> P: 34,49 g HC: 80,56 g L: 28,81 g</p> <p>Crema Ou amb patata Lacti natural</p>	<p>dijous, 19 març de 2020</p> <p>Patates estofades amb verdures</p> <p>Salmó a la mostassa</p> <p>Amanida del dia</p> <p>logurt natural de soja</p> <p>Pa integral</p> <p><b>740 Kcal</b> P: 29,01 g HC: 111,67 g L: 45,60 g</p> <p>Verdura Llegum amb cereal Fruita</p>	<p>divendres, 20 març de 2020</p> <p style="text-align: center; font-size: 2em; color: white;">Dia de lliure disposició</p>
<p>dilluns, 23 març de 2020</p> <p>Sopa de rap amb fideus</p> <p>Truita de carbassó</p> <p>Amanida del dia</p> <p>logurt natural de soja</p> <p>Pa</p> <p><b>798 Kcal</b> P: 27,36 g HC: 98,81 g L: 44,60 g</p> <p>Verdura i patata Peix Fruita</p>	<p>dimarts, 24 març de 2020</p> <p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Pollastre amb tomàquet</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>854,29 Kcal</b> P: 49,47 g HC: 81,64 g L: 36,65 g</p> <p>Verdura i patata Peix Fruita</p>	<p>dimecres, 25 març de 2020</p> <p>Minestra de verdures</p> <p>Mongetes blanques estofades amb verdures</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>701 Kcal</b> P: 14,89 g HC: 114,54 g L: 32,07 g</p> <p>Cereal Carn vermella amb amanida Lacti natural</p>	<p>dijous, 26 març de 2020</p> <p>Espirals integrals amb tomàquet</p> <p>Lluç a la romana</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>864 Kcal</b> P: 38,34 g HC: 99,44 g L: 29,45 g</p> <p>Verdura Ou amb patata Fruita</p>	<p>divendres, 27 març de 2020</p> <p>Arròs amb pollastre i pastanaga</p> <p>Mandonguilles amb salsa de tomàquet</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>1010 Kcal</b> P: 47,92 g HC: 122,99 g L: 36,24 g</p> <p>Especial divendres</p>
<p>dilluns, 30 març de 2020</p> <p>Arròs integral amb verdures</p> <p>Pernilets de pollastre al forn</p> <p>Amanida del dia</p> <p>logurt natural de soja</p> <p>Pa</p> <p><b>894 Kcal</b> P: 23,86 g HC: 121,52 g L: 34,33 g</p> <p>Sopa amb cereal Au amb verdura Fruita</p>	<p>dimarts, 31 març de 2020</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Ous remenats amb xampinyons</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>853 Kcal</b> P: 39,72 g HC: 84,99 g L: 39,37 g</p> <p>Cereal amb verdures Peix Fruita</p>	<p>dimecres, 1 abril de 2020</p> <p>Patates estofades amb verdures</p> <p>Calamars a la romana</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>789 Kcal</b> P: 34,31 g HC: 99,71 g L: 27,77 g</p> <p>Patata i verdura Carn vermella amb amanida Lacti natural</p>	<p>dijous, 2 abril de 2020</p> <p>Espaguetis a la camperola</p> <p>Limanda en salsa verda</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>871 Kcal</b> P: 38,01 g HC: 109,04 g L: 30,73 g</p> <p>Llegum amb cereal Ou amb verdura Fruita</p>	<p>divendres, 3 abril de 2020</p> <p>Crema de carbassa amb rostes</p> <p>Botifarra al forn</p> <p>Mongetes blanques saltades</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>833 Kcal</b> P: 33,49 g HC: 99,91 g L: 43,70 g</p> <p>Especial divendres</p>



registre sanitari i dietista col·legiada

plans estratègics que prenem com a referència per a l'elaboració dels nostres menús



dilluns, 2 març de 2020	dimarts, 3 març de 2020	dimecres, 4 març de 2020	dijous, 5 març de 2020	divendres, 6 març de 2020
<p>Espaguetis integrals thai amb pastanaqa i ceba</p> <p>Pollastre al forn</p> <p>Carabassó arrebossat</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa</p> <p><b>1069 Kcal</b> P: 34,51 g HC: 90,90 g L: 32,73 g</p> <p>Cereal amb verdures Au Fruita</p>	<p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Truita francesa amb formatge</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>816 Kcal</b> P: 30,83 g HC: 95,43 g L: 32,03 g</p> <p>Sopa Peix amb verdura Lacti natural</p>	<p>Patates estofades amb magra</p> <p>Llom a la planxa</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>735 Kcal</b> P: 38,05 g HC: 95,47 g L: 36,15 g</p> <p>Sopa Carn vermella amb verdura Lacti natural</p>	<p>Mongeta verda amb patates</p> <p>Estofat de gall d'indi amb xampinyons</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>742 Kcal</b> P: 31,04 g HC: 78,56 g L: 38,48 g</p> <p>Llegum amb cereal Ou amb verdura Fruita</p>	<p>Arròs amb verdures</p> <p>Vedella empanada</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>812 Kcal</b> P: 43,41 g HC: 102,43 g L: 34,22 g</p> <p>Especial divendres</p>
<p>dilluns, 9 març de 2020</p> <p>Tallarines amb salsa de xampinyons</p> <p>Salsitxes de porc al forn</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa</p> <p><b>895 Kcal</b> P: 32,35 g HC: 77,83 g L: 27,14 g</p> <p>Verdura Peix amb patata Fruita</p>	<p>dimarts, 10 març de 2020</p> <p>Coliflor amb patata</p> <p>Mongetes blanques saltades amb carabassa</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>703 Kcal</b> P: 34,98 g HC: 85,30 g L: 24,64 g</p> <p>Cereal amb verdures Ou Fruita</p>	<p>dimecres, 11 març de 2020</p> <p>Sopa de pollastre amb pasta</p> <p>Bistec de vedella a la planxa</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>742 Kcal</b> P: 37,87 g HC: 112,33 g L: 27,46 g</p> <p>Crema Au amb cereal Lacti natural</p>	<p>dijous, 12 març de 2020</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Ous remenats amb tomàquet i xampinyons</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>897 Kcal</b> P: 43,51 g HC: 71,46 g L: 48,57 g</p> <p>Verdura i patata Peix Fruita</p>	<p>divendres, 13 març de 2020</p> <p>Arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Pollastre al forn amb taronja</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>895 Kcal</b> P: 40,79 g HC: 110,73 g L: 32,06 g</p> <p>Especial divendres</p>
<p>dilluns, 16 març de 2020</p> <p>Crema de carbassó amb rostes</p> <p>Canelons de carn gratinats</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>830 Kcal</b> P: 48,03 g HC: 78,15 g L: 25,84 g</p> <p>Patata Peix amb amanida Fruita</p>	<p>dimarts, 17 març de 2020</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Ous durs amb tomàquet</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>795 Kcal</b> P: 30,65 g HC: 73,82 g L: 40,12 g</p> <p>Cereal amb verdures Au Fruita</p>	<p>dimecres, 18 març de 2020</p> <p>Arròs integral tres delícies casolà</p> <p>Fricandó de vedella amb xampinyons</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>854 Kcal</b> P: 34,49 g HC: 80,56 g L: 28,81 g</p> <p>Crema Ou amb patata Lacti natural</p>	<p>dijous, 19 març de 2020</p> <p>Patates estofades amb verdures</p> <p>Llom a la mostassa</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa integral</p> <p><b>740 Kcal</b> P: 29,01 g HC: 111,67 g L: 45,60 g</p> <p>Verdura Llegum amb cereal Fruita</p>	<p>divendres, 20 març de 2020</p> <p><b>Dia de lliure disposició</b></p>
<p>dilluns, 23 març de 2020</p> <p>Sopa de pollastre amb pasta</p> <p>Truita de carbassó</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa</p> <p><b>798 Kcal</b> P: 27,36 g HC: 98,81 g L: 44,60 g</p> <p>Verdura i patata Peix Fruita</p>	<p>dimarts, 24 març de 2020</p> <p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Pollastre a la italiana</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>854,29 Kcal</b> P: 49,47 g HC: 81,64 g L: 36,65 g</p> <p>Verdura i patata Peix Fruita</p>	<p>dimecres, 25 març de 2020</p> <p>Minestra de verdures</p> <p>Mongetes blanques estofades amb verdures</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>701 Kcal</b> P: 14,89 g HC: 114,54 g L: 32,07 g</p> <p>Cereal Carn vermella amb amanida Lacti natural</p>	<p>dijous, 26 març de 2020</p> <p>Espirals integrals amb tomàquet</p> <p>Rotllets de primavera</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>864 Kcal</b> P: 38,34 g HC: 99,44 g L: 29,45 g</p> <p>Verdura Ou amb patata Fruita</p>	<p>divendres, 27 març de 2020</p> <p>Arròs amb pollastre i pastanaga</p> <p>Mandonguilles amb salsa de tomàquet</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>1010 Kcal</b> P: 47,92 g HC: 122,99 g L: 36,24 g</p> <p>Especial divendres</p>
<p>dilluns, 30 març de 2020</p> <p>Arròs integral amb verdures</p> <p>Pernilets de pollastre al forn</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa</p> <p><b>894 Kcal</b> P: 23,86 g HC: 121,52 g L: 34,33 g</p> <p>Sopa amb cereal Au amb verdura Fruita</p>	<p>dimarts, 31 març de 2020</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Ous remenats amb xampinyons</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>853 Kcal</b> P: 39,72 g HC: 84,99 g L: 39,37 g</p> <p>Cereal amb verdures Peix Fruita</p>	<p>dimecres, 1 abril de 2020</p> <p>Patates estofades amb verdures</p> <p>Llom arrebossat</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>789 Kcal</b> P: 34,31 g HC: 99,71 g L: 27,77 g</p> <p>Patata i verdura Carn vermella amb amanida Lacti natural</p>	<p>dijous, 2 abril de 2020</p> <p>Espaguetis a la camperola</p> <p>Bistec de vedella a la planxa</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>871 Kcal</b> P: 38,01 g HC: 109,04 g L: 30,73 g</p> <p>Llegum amb cereal Ou amb verdura Fruita</p>	<p>divendres, 3 abril de 2020</p> <p>Crema de carbassa amb rostes</p> <p>Botifarra al forn</p> <p>Mongetes blanques saltades</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>833 Kcal</b> P: 33,49 g HC: 99,91 g L: 43,70 g</p> <p>Especial divendres</p>







dilluns, 2 març de 2020	dimarts, 3 març de 2020	dimecres, 4 març de 2020	dijous, 5 març de 2020	divendres, 6 març de 2020
<p>Espaguetis integrals thai amb pastanaga i ceba</p> <p>Lluç al forn</p> <p>Carabassó arrebossat</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa</p> <p><b>1069 Kcal</b> P: 34,51 g HC: 90,90 g L: 32,73 g</p> <p>Cereal amb verdures Au Fruita</p>	<p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Truita francesa amb formatge</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>816 Kcal</b> P: 30,83 g HC: 95,43 g L: 32,03 g</p> <p>Sopa Peix amb verdura Lacti natural</p>	<p>Patates estofades amb magra</p> <p>Bacallà a la papillota de verdures</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>735 Kcal</b> P: 38,05 g HC: 95,47 g L: 36,15 g</p> <p>Sopa Carn vermella amb verdura Lacti natural</p>	<p>Mongeta verda amb patates</p> <p>Estofat de gall d'indi amb xampinyons</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>742 Kcal</b> P: 31,04 g HC: 78,56 g L: 38,48 g</p> <p>Llegum amb cereal Ou amb verdura Fruita</p>	<p>Arròs amb verdures</p> <p>Vedella empanada</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>812 Kcal</b> P: 43,41 g HC: 102,43 g L: 34,22 g</p> <p>Especial divendres</p>
dilluns, 9 març de 2020	dimarts, 10 març de 2020	dimecres, 11 març de 2020	dijous, 12 març de 2020	divendres, 13 març de 2020
<p>Tallarines amb salsa de xampinyons</p> <p>Salsitxes de porc al forn</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa</p> <p><b>895 Kcal</b> P: 32,35 g HC: 77,83 g L: 27,14 g</p> <p>Verdura Peix amb patata Fruita</p>	<p>Coliflor amb patata</p> <p>Mongetes blanques saltades amb carabassa</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>703 Kcal</b> P: 34,98 g HC: 85,30 g L: 24,64 g</p> <p>Cereal amb verdures Ou Fruita</p>	<p>Sopa de pollastre amb pasta</p> <p>Lluç amb verdures al forn</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>742 Kcal</b> P: 37,87 g HC: 112,33 g L: 27,46 g</p> <p>Crema Au amb cereal Lacti natural</p>	<p>Cigrons estofats amb bacallà</p> <p>Ous remenats amb tomàquet i xampinyons</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>897 Kcal</b> P: 43,51 g HC: 71,46 g L: 48,57 g</p> <p>Verdura i patata Peix Fruita</p>	<p>Arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Pollastre al forn amb taronja</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>895 Kcal</b> P: 40,79 g HC: 110,73 g L: 32,06 g</p> <p>Especial divendres</p>
dilluns, 16 març de 2020	dimarts, 17 març de 2020	dimecres, 18 març de 2020	dijous, 19 març de 2020	divendres, 20 març de 2020
<p>Crema de carbassó amb rostes</p> <p>Canelons de carn gratinats</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>830 Kcal</b> P: 48,03 g HC: 78,15 g L: 25,84 g</p> <p>Patata Peix amb amanida Fruita</p>	<p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Ous farcits de tonyina</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>795 Kcal</b> P: 30,65 g HC: 73,82 g L: 40,12 g</p> <p>Cereal amb verdures Au Fruita</p>	<p>Arròs integral tres delícies casolà</p> <p>Fricandó de vedella amb xampinyons</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>854 Kcal</b> P: 34,49 g HC: 80,56 g L: 28,81 g</p> <p>Crema Ou amb patata Lacti natural</p>	<p>Patates estofades amb verdures</p> <p>Salmó a la mostassa</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa integral</p> <p><b>740 Kcal</b> P: 29,01 g HC: 111,67 g L: 45,60 g</p> <p>Verdura Llegum amb cereal Fruita</p>	<p><b>Dia de lliure disposició</b></p>
dilluns, 23 març de 2020	dimarts, 24 març de 2020	dimecres, 25 març de 2020	dijous, 26 març de 2020	divendres, 27 març de 2020
<p>Sopa de rap sense marisc amb fideus</p> <p>Truita de carbassó</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa</p> <p><b>798 Kcal</b> P: 27,36 g HC: 98,81 g L: 44,60 g</p> <p>Verdura i patata Peix Fruita</p>	<p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Pollastre a la italiana</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>854,29 Kcal</b> P: 49,47 g HC: 81,64 g L: 36,65 g</p> <p>Verdura i patata Peix Fruita</p>	<p>Minestra de verdures</p> <p>Mongetes blanques estofades amb verdures</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>701 Kcal</b> P: 14,89 g HC: 114,54 g L: 32,07 g</p> <p>Cereal Carn vermella amb amanida Lacti natural</p>	<p>Espirals integrals amb tomàquet</p> <p>Lluç a la romana</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>864 Kcal</b> P: 38,34 g HC: 99,44 g L: 29,45 g</p> <p>Verdura Ou amb patata Fruita</p>	<p>Arròs amb pollastre i pastanaga</p> <p>Mandonguilles amb salsa de tomàquet</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>1010 Kcal</b> P: 47,92 g HC: 122,99 g L: 36,24 g</p> <p>Especial divendres</p>
dilluns, 30 març de 2020	dimarts, 31 març de 2020	dimecres, 1 abril de 2020	dijous, 2 abril de 2020	divendres, 3 abril de 2020
<p>Arròs integral amb verdures</p> <p>Pernilets de pollastre al forn</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa</p> <p><b>894 Kcal</b> P: 23,86 g HC: 121,52 g L: 34,33 g</p> <p>Sopa amb cereal Au amb verdura Fruita</p>	<p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Ous remenats amb xampinyons</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>853 Kcal</b> P: 39,72 g HC: 84,99 g L: 39,37 g</p> <p>Cereal amb verdures Peix Fruita</p>	<p>Patates estofades amb verdures</p> <p>Llom arrebossat</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>789 Kcal</b> P: 34,31 g HC: 99,71 g L: 27,77 g</p> <p>Patata i verdura Carn vermella amb amanida Lacti natural</p>	<p>Espaguetis a la camperola</p> <p>Limanda en salsa verda</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>871 Kcal</b> P: 38,01 g HC: 109,04 g L: 30,73 g</p> <p>Llegum amb cereal Ou amb verdura Fruita</p>	<p>Crema de carbassa amb rostes</p> <p>Botifarra al forn</p> <p>Mongetes blanques saltades</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>833 Kcal</b> P: 33,49 g HC: 99,91 g L: 43,70 g</p> <p>Especial divendres</p>



# Escola Taula Rodona - Sant Quirze del Vallès

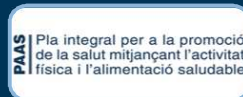
Març de 2020

Menú sense carn



ISS FACILITY SERVICES | C. Jesús Serra Santamans, 7 | 08174 SANT CUGAT DEL VALLÈS | Tel. 902 266 366 | info@es.issworld.com

dilluns, 2 març de 2020	dimarts, 3 març de 2020	dimecres, 4 març de 2020	dijous, 5 març de 2020	divendres, 6 març de 2020
<b>Espaguetis integrals thai amb pastanaga i ceba</b> Lluç al forn Carabassó arrebossat Postres làcties Pa <b>1069 Kcal</b> P: 34,51 g HC: 90,90 g L: 32,73 g Cereal amb verdures Au Fruita	<b>Llenties estofades amb verdures</b> Truita francesa amb formatge Amanida del dia Fruita de temporada Pa integral <b>816 Kcal</b> P: 30,83 g HC: 95,43 g L: 32,03 g Sopa Peix amb verdura Lacti natural	<b>Patates estofades verdures</b> Bacallà a la papillota de verdures Amanida del dia Fruita de temporada Pa <b>735 Kcal</b> P: 38,05 g HC: 95,47 g L: 36,15 g Sopa Carn vermella amb verdura Lacti natural	<b>Mongeta verda amb patates</b> <b>Remenat d'ou amb xampinyons</b> ***** Fruita de temporada Pa integral <b>742 Kcal</b> P: 31,04 g HC: 78,56 g L: 38,48 g Llegum amb cereal Ou amb verdura Fruita	<b>Arròs amb verdures</b> <b>Croquetes de bacallà</b> Amanida del dia Fruita de temporada Pa <b>812 Kcal</b> P: 43,41 g HC: 102,43 g L: 34,22 g Especial divendres
<b>dilluns, 9 març de 2020</b> <b>Tallarines amb salsa de xamoinvons</b> <b>Caella al forn</b> Amanida del dia Postres làcties Pa <b>895 Kcal</b> P: 32,35 g HC: 77,83 g L: 27,14 g Verdura Peix amb patata Fruita	<b>dimarts, 10 març de 2020</b> <b>Coliflor amb patata</b> <b>Mongetes blanques saltades amb carabassa</b> ***** Fruita de temporada Pa integral <b>703 Kcal</b> P: 34,98 g HC: 85,30 g L: 24,64 g Cereal amb verdures Ou Fruita	<b>dimecres, 11 març de 2020</b> <b>Sopa de verdures amb pasta</b> Lluç amb verdures al forn Patates fregides Fruita de temporada Pa <b>742 Kcal</b> P: 37,87 g HC: 112,33 g L: 27,46 g Crema Au amb cereal Lacti natural	<b>dijous, 12 març de 2020</b> <b>Cigrons estofats amb bacallà</b> <b>Ous remenats amb tomàquet i xamoinvons</b> Amanida del dia Fruita de temporada Pa integral <b>897 Kcal</b> P: 43,51 g HC: 71,46 g L: 48,57 g Verdura i patata Peix Fruita	<b>divendres, 13 març de 2020</b> <b>Arròs integral amb salsa de tomàquet</b> <b>Rotllets de primavera</b> Amanida del dia Fruita de temporada Pa <b>895 Kcal</b> P: 40,79 g HC: 110,73 g L: 32,06 g Especial divendres
<b>dilluns, 16 març de 2020</b> <b>Crema de carbassó amb rostes</b> <b>Canelons d'espínacs gratinats</b> ***** Fruita de temporada Pa <b>830 Kcal</b> P: 48,03 g HC: 78,15 g L: 25,84 g Patata Peix amb amanida Fruita	<b>dimarts, 17 març de 2020</b> <b>Cigrons estofats amb verdures</b> <b>Ous farcits de tonyina</b> Amanida del dia Fruita de temporada Pa integral <b>795 Kcal</b> P: 30,65 g HC: 73,82 g L: 40,12 g Cereal amb verdures Au Fruita	<b>dimecres, 18 març de 2020</b> <b>Arròs integral tres delícies casolà</b> <b>Caella al forn</b> ***** Fruita de temporada Pa <b>854 Kcal</b> P: 34,49 g HC: 80,56 g L: 28,81 g Crema Ou amb patata Lacti natural	<b>dijous, 19 març de 2020</b> <b>Patates estofades amb verdures</b> <b>Salmó a la mostassa</b> Amanida del dia Postres làcties Pa integral <b>740 Kcal</b> P: 29,01 g HC: 111,67 g L: 45,60 g Verdura Llegum amb cereal Fruita	<b>Dia de lliure disposició</b>
<b>dilluns, 23 març de 2020</b> <b>Sopa de rap amb fideus</b> <b>Truita de carbassó</b> Amanida del dia Postres làcties Pa <b>798 Kcal</b> P: 27,36 g HC: 98,81 g L: 44,60 g Verdura i patata Peix Fruita	<b>dimarts, 24 març de 2020</b> <b>Llenties estofades amb verdures</b> <b>Lluç a la italiana</b> Amanida del dia Fruita de temporada Pa integral <b>854,29 Kcal</b> P: 49,47 g HC: 81,64 g L: 36,65 g Verdura i patata Peix Fruita	<b>dimecres, 25 març de 2020</b> <b>Minestra de verdures</b> <b>Mongetes blanques estofades amb verdures</b> ***** Fruita de temporada Pa <b>701 Kcal</b> P: 14,89 g HC: 114,54 g L: 32,07 g Cereal Carn vermella amb amanida Lacti natural	<b>dijous, 26 març de 2020</b> <b>Espirals integrals amb tomàquet</b> <b>Lluç a la romana</b> Amanida del dia Fruita de temporada Pa integral <b>864 Kcal</b> P: 38,34 g HC: 99,44 g L: 29,45 g Verdura Ou amb patata Fruita	<b>divendres, 27 març de 2020</b> <b>Arròs amb pastanaga</b> <b>Mandonguilles de peix amb salsa de tomàquet</b> ***** Fruita de temporada Pa <b>1010 Kcal</b> P: 47,92 g HC: 122,99 g L: 36,24 g Especial divendres
<b>dilluns, 30 març de 2020</b> <b>Arròs integral amb verdures</b> <b>Rotllets de primavera</b> Amanida del dia Postres làcties Pa <b>894 Kcal</b> P: 23,86 g HC: 121,52 g L: 34,33 g Sopa amb cereal Au amb verdura Fruita	<b>dimarts, 31 març de 2020</b> <b>Cigrons estofats amb verdures</b> <b>Ous remenats amb xampinyons</b> Amanida del dia Fruita de temporada Pa integral <b>853 Kcal</b> P: 39,72 g HC: 84,99 g L: 39,37 g Cereal amb verdures Peix Fruita	<b>dimecres, 1 abril de 2020</b> <b>Patates estofades amb verdures</b> <b>Calamars a la romana</b> Amanida del dia Fruita de temporada Pa <b>789 Kcal</b> P: 34,31 g HC: 99,71 g L: 27,77 g Patata i verdura Carn vermella amb amanida Lacti natural	<b>dijous, 2 abril de 2020</b> <b>Espaguetis a la camperola</b> <b>Limanda en salsa verda</b> ***** Fruita de temporada Pa integral <b>871 Kcal</b> P: 38,01 g HC: 109,04 g L: 30,73 g Llegum amb cereal Ou amb verdura Fruita	<b>divendres, 3 abril de 2020</b> <b>Crema de carbassa amb rostes</b> <b>Lluç a la planxa</b> Mongetes blanques saltades Fruita de temporada Pa <b>833 Kcal</b> P: 33,49 g HC: 99,91 g L: 43,70 g Especial divendres



registre sanitari i dietista col·legiada

plans estratègics que prenem com a referència per a l'elaboració dels nostres menús





# Escola Taula Rodona - Sant Quirze del Vallès

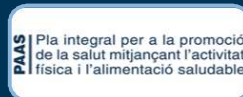
Març de 2020

Menú sense ou



ISS FACILITY SERVICES | C. Jesús Serra Santamans, 7 | 08174 SANT CUGAT DEL VALLÈS | Tel. 902 266 366 | info@es.issworld.com

dilluns, 2 març de 2020	dimarts, 3 març de 2020	dimecres, 4 març de 2020	dijous, 5 març de 2020	divendres, 6 març de 2020
<p>Espaguetis sense ou i sense gluten thai amb pastanaga i ceba</p> <p>Lluç al forn</p> <p>Carabassó arrebossat sense ou</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa</p> <p><b>1069 Kcal</b> P: 34,51 g HC: 90,90 g L: 32,73 g</p> <p>Cereal amb verdures Au Fruita</p>	<p>Llenties estofades amb verdures</p> <p><b>Llom a la planxa</b></p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>816 Kcal</b> P: 30,83 g HC: 95,43 g L: 32,03 g</p> <p>Sopa Peix amb verdura Lacti natural</p>	<p>Patates estofades amb magra</p> <p>Bacallà a la papillota de verdures</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>735 Kcal</b> P: 38,05 g HC: 95,47 g L: 36,15 g</p> <p>Sopa Carn vermella amb verdura Lacti natural</p>	<p>Mongeta verda amb patates</p> <p>Estofat de gall d'indi amb xampignons</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>742 Kcal</b> P: 31,04 g HC: 78,56 g L: 38,48 g</p> <p>Llegum amb cereal Ou amb verdura Fruita</p>	<p>Arròs amb verdures</p> <p>Vedella empanada</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>812 Kcal</b> P: 43,41 g HC: 102,43 g L: 34,22 g</p> <p>Especial divendres</p>
<p>dilluns, 9 març de 2020</p> <p>Tallarines sense ou i sense gluten amb salsa de xampignons</p> <p>Salsitxes de porc al forn</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa</p> <p><b>895 Kcal</b> P: 32,35 g HC: 77,83 g L: 27,14 g</p> <p>Verdura Peix amb patata Fruita</p>	<p>dimarts, 10 març de 2020</p> <p>Coliflor amb patata</p> <p>Mongetes blanques saltades amb carabassa</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>703 Kcal</b> P: 34,98 g HC: 85,30 g L: 24,64 g</p> <p>Cereal amb verdures Ou Fruita</p>	<p>dimecres, 11 març de 2020</p> <p>Sopa de pollastre amb pasta sense ou i sense gluten</p> <p>Lluç amb verdures al forn</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>742 Kcal</b> P: 37,87 g HC: 112,33 g L: 27,46 g</p> <p>Crema Au amb cereal Lacti natural</p>	<p>dijous, 12 març de 2020</p> <p>Cigrons estofats amb bacallà</p> <p><b>Bistec a la planxa</b></p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>897 Kcal</b> P: 43,51 g HC: 71,46 g L: 48,57 g</p> <p>Verdura i patata Peix Fruita</p>	<p>divendres, 13 març de 2020</p> <p>Arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Pollastre al forn amb taronja</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>895 Kcal</b> P: 40,79 g HC: 110,73 g L: 32,06 g</p> <p>Especial divendres</p>
<p>dilluns, 16 març de 2020</p> <p>Crema de carbassó amb rostes</p> <p><b>Moussaka de verdures</b></p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>830 Kcal</b> P: 48,03 g HC: 78,15 g L: 25,84 g</p> <p>Patata Peix amb amanida Fruita</p>	<p>dimarts, 17 març de 2020</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p><b>Lluç a la planxa</b></p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>795 Kcal</b> P: 30,65 g HC: 73,82 g L: 40,12 g</p> <p>Cereal amb verdures Au Fruita</p>	<p>dimecres, 18 març de 2020</p> <p>Arròs integral tres delícies casolà</p> <p>Fricandó de vedella amb xampignons</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>854 Kcal</b> P: 34,49 g HC: 80,56 g L: 28,81 g</p> <p>Crema Ou amb patata Lacti natural</p>	<p>dijous, 19 març de 2020</p> <p>Patates estofades amb verdures</p> <p>Salmó a la mostassa</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa integral</p> <p><b>740 Kcal</b> P: 29,01 g HC: 111,67 g L: 45,60 g</p> <p>Verdura Llegum amb cereal Fruita</p>	<p>divendres, 20 març de 2020</p> <p><b>Dia de lliure disposició</b></p>
<p>dilluns, 23 març de 2020</p> <p>Sopa de rap amb fideus sense ou i sense gluten</p> <p><b>Bistec a la planxa</b></p> <p>Amanida del dia</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa</p> <p><b>798 Kcal</b> P: 27,36 g HC: 98,81 g L: 44,60 g</p> <p>Verdura i patata Peix Fruita</p>	<p>dimarts, 24 març de 2020</p> <p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Pollastre a la italiana</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>854,29 Kcal</b> P: 49,47 g HC: 81,64 g L: 36,65 g</p> <p>Verdura i patata Peix Fruita</p>	<p>dimecres, 25 març de 2020</p> <p>Minestra de verdures</p> <p>Mongetes blanques estofades amb verdures</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>701 Kcal</b> P: 14,89 g HC: 114,54 g L: 32,07 g</p> <p>Cereal Carn vermella amb amanida Lacti natural</p>	<p>dijous, 26 març de 2020</p> <p>Espirals sense ou i sense gluten amb tomàquet</p> <p><b>Lluç a la romana</b></p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>864 Kcal</b> P: 38,34 g HC: 99,44 g L: 29,45 g</p> <p>Verdura Ou amb patata Fruita</p>	<p>divendres, 27 març de 2020</p> <p>Arròs amb pollastre i pastanaga</p> <p>Mandonguilles amb salsa de tomàquet</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>1010 Kcal</b> P: 47,92 g HC: 122,99 g L: 36,24 g</p> <p>Especial divendres</p>
<p>dilluns, 30 març de 2020</p> <p>Arròs integral amb verdures</p> <p>Pernilets de pollastre al forn</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa</p> <p><b>894 Kcal</b> P: 23,86 g HC: 121,52 g L: 34,33 g</p> <p>Sopa amb cereal Au amb verdura Fruita</p>	<p>dimarts, 31 març de 2020</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p><b>Caella al forn</b></p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>853 Kcal</b> P: 39,72 g HC: 84,99 g L: 39,37 g</p> <p>Cereal amb verdures Peix Fruita</p>	<p>dimecres, 1 abril de 2020</p> <p>Patates estofades amb verdures</p> <p>Calamars a la andalusa</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>789 Kcal</b> P: 34,31 g HC: 99,71 g L: 27,77 g</p> <p>Patata i verdura Carn vermella amb amanida Lacti natural</p>	<p>dijous, 2 abril de 2020</p> <p>Espaguetis sense ou i sense gluten a la camperola</p> <p>Limanda en salsa verda</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>871 Kcal</b> P: 38,01 g HC: 109,04 g L: 30,73 g</p> <p>Llegum amb cereal Ou amb verdura Fruita</p>	<p>divendres, 3 abril de 2020</p> <p>Crema de carbassa amb rostes</p> <p>Botifarra al forn</p> <p>Mongetes blanques saltades</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>833 Kcal</b> P: 33,49 g HC: 99,91 g L: 43,70 g</p> <p>Especial divendres</p>



registre sanitari i dietista col·legiada

plans estratègics que prenem com a referència per a l'elaboració dels nostres menús



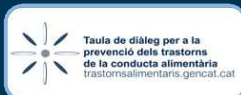
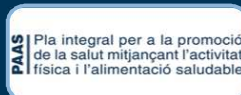
# Escola Taula Rodona - Sant Quirze del Vallès

## Març de 2020 Menú sense proteïna de la llet de vaca



ISS FACILITY SERVICES | C. Jesús Serra Santamans, 7 | 08174 SANT CUGAT DEL VALLÈS | Tel. 902 266 366 | info@es.issworld.com

dilluns, 2 març de 2020	dimarts, 3 març de 2020	dimecres, 4 març de 2020	dijous, 5 març de 2020	divendres, 6 març de 2020
<p>Espaguetis integrals thai amb pastanaga i ceba</p> <p>Lluç al forn</p> <p>Carabassó arrebossat</p> <p>logurt natural de soja</p> <p>Pa</p> <p><b>1069 Kcal</b> P: 34,51 g HC: 90,90 g L: 32,73 g</p> <p>Cereal amb verdures Au Fruita</p>	<p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Truita francesa</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>816 Kcal</b> P: 30,83 g HC: 95,43 g L: 32,03 g</p> <p>Sopa Peix amb verdura Lacti natural</p>	<p>Patates estofades amb magra</p> <p>Bacallà a la papillota de verdures</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>735 Kcal</b> P: 38,05 g HC: 95,47 g L: 36,15 g</p> <p>Sopa Carn vermella amb verdura Lacti natural</p>	<p>Mongeta verda amb patates</p> <p>Estofat de gall d'indi amb xampinyons</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>742 Kcal</b> P: 31,04 g HC: 78,56 g L: 38,48 g</p> <p>Llegum amb cereal Ou amb verdura Fruita</p>	<p>Arròs amb verdures</p> <p>Vedella empanada</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>812 Kcal</b> P: 43,41 g HC: 102,43 g L: 34,22 g</p> <p>Especial divendres</p>
<p>dilluns, 9 març de 2020</p> <p>Tallarines amb salsa de xampinyons</p> <p>Salsitxes de porc al forn</p> <p>Amanida del dia</p> <p>logurt natural de soja</p> <p>Pa</p> <p><b>895 Kcal</b> P: 32,35 g HC: 77,83 g L: 27,14 g</p> <p>Verdura Peix amb patata Fruita</p>	<p>dimarts, 10 març de 2020</p> <p>Coliflor amb patata</p> <p>Mongetes blanques saltades amb carabassa</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>703 Kcal</b> P: 34,98 g HC: 85,30 g L: 24,64 g</p> <p>Cereal amb verdures Ou Fruita</p>	<p>dimecres, 11 març de 2020</p> <p>Sopa de pollastre amb pasta</p> <p>Lluç amb verdures al forn</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>742 Kcal</b> P: 37,87 g HC: 112,33 g L: 27,46 g</p> <p>Crema Au amb cereal Lacti natural</p>	<p>dijous, 12 març de 2020</p> <p>Cigrons estofats amb bacallà</p> <p>Ous remenats amb tomàquet i xampinyons</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>897 Kcal</b> P: 43,51 g HC: 71,46 g L: 48,57 g</p> <p>Verdura i patata Peix Fruita</p>	<p>divendres, 13 març de 2020</p> <p>Arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Pollastre al forn amb taronja</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>895 Kcal</b> P: 40,79 g HC: 110,73 g L: 32,06 g</p> <p>Especial divendres</p>
<p>dilluns, 16 març de 2020</p> <p>Crema de carbassó amb rostes</p> <p>Moussaka de verdures</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>830 Kcal</b> P: 48,03 g HC: 78,15 g L: 25,84 g</p> <p>Patata Peix amb amanida Fruita</p>	<p>dimarts, 17 març de 2020</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Ous farcits de tonyina</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>795 Kcal</b> P: 30,65 g HC: 73,82 g L: 40,12 g</p> <p>Cereal amb verdures Au Fruita</p>	<p>dimecres, 18 març de 2020</p> <p>Arròs integral tres delícies casolà</p> <p>Fricandó de vedella amb xampinyons</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>854 Kcal</b> P: 34,49 g HC: 80,56 g L: 28,81 g</p> <p>Crema Ou amb patata Lacti natural</p>	<p>dijous, 19 març de 2020</p> <p>Patates estofades amb verdures</p> <p>Salmó a la mostassa</p> <p>Amanida del dia</p> <p>logurt natural de soja</p> <p>Pa integral</p> <p><b>740 Kcal</b> P: 29,01 g HC: 111,67 g L: 45,60 g</p> <p>Verdura Llegum amb cereal Fruita</p>	<p>divendres, 20 març de 2020</p> <p style="text-align: center; color: white;"><b>Dia de lliure disposició</b></p>
<p>dilluns, 23 març de 2020</p> <p>Sopa de rap amb fideus</p> <p>Truita de carbassó</p> <p>Amanida del dia</p> <p>logurt natural de soja</p> <p>Pa</p> <p><b>798 Kcal</b> P: 27,36 g HC: 98,81 g L: 44,60 g</p> <p>Verdura i patata Peix Fruita</p>	<p>dimarts, 24 març de 2020</p> <p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Pollastre amb tomàquet</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>854,29 Kcal</b> P: 49,47 g HC: 81,64 g L: 36,65 g</p> <p>Verdura i patata Peix Fruita</p>	<p>dimecres, 25 març de 2020</p> <p>Minestra de verdures</p> <p>Mongetes blanques estofades amb verdures</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>701 Kcal</b> P: 14,89 g HC: 114,54 g L: 32,07 g</p> <p>Cereal Carn vermella amb amanida Lacti natural</p>	<p>dijous, 26 març de 2020</p> <p>Espirals integrals amb tomàquet</p> <p>Lluç a la romana</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>864 Kcal</b> P: 38,34 g HC: 99,44 g L: 29,45 g</p> <p>Verdura Ou amb patata Fruita</p>	<p>divendres, 27 març de 2020</p> <p>Arròs amb pollastre i pastanaga</p> <p>Mandonguilles amb salsa de tomàquet</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>1010 Kcal</b> P: 47,92 g HC: 122,99 g L: 36,24 g</p> <p>Especial divendres</p>
<p>dilluns, 30 març de 2020</p> <p>Arròs integral amb verdures</p> <p>Pernilets de pollastre al forn</p> <p>Amanida del dia</p> <p>logurt natural de soja</p> <p>Pa</p> <p><b>894 Kcal</b> P: 23,86 g HC: 121,52 g L: 34,33 g</p> <p>Sopa amb cereal Au amb verdura Fruita</p>	<p>dimarts, 31 març de 2020</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Ous remenats amb xampinyons</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>853 Kcal</b> P: 39,72 g HC: 84,99 g L: 39,37 g</p> <p>Cereal amb verdures Peix Fruita</p>	<p>dimecres, 1 abril de 2020</p> <p>Patates estofades amb verdures</p> <p>Calamars a la romana</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>789 Kcal</b> P: 34,31 g HC: 99,71 g L: 27,77 g</p> <p>Patata i verdura Carn vermella amb amanida Lacti natural</p>	<p>dijous, 2 abril de 2020</p> <p>Espaguetis a la camperola</p> <p>Limanda en salsa verda</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>871 Kcal</b> P: 38,01 g HC: 109,04 g L: 30,73 g</p> <p>Llegum amb cereal Ou amb verdura Fruita</p>	<p>divendres, 3 abril de 2020</p> <p>Crema de carbassa amb rostes</p> <p>Botifarra al forn</p> <p>Mongetes blanques saltades</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>833 Kcal</b> P: 33,49 g HC: 99,91 g L: 43,70 g</p> <p>Especial divendres</p>







# Escola Taula Rodona - Sant Quirze del Vallès

## Març de 2020 Menú sense llegums



ISS FACILITY SERVICES | C. Jesús Serra Santamans, 7 | 08174 SANT CUGAT DEL VALLÈS | Tel. 902 266 366 | info@es.issworld.com

dilluns, 2 març de 2020	dimarts, 3 març de 2020	dimecres, 4 març de 2020	dijous, 5 març de 2020	divendres, 6 març de 2020
<p>Espaguetis integrals thai amb pastanaga i ceba</p> <p>Lluç al forn</p> <p>Carabassó arrebossat</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa</p> <p><b>1069 Kcal</b> P: 34,51 g HC: 90,90 g L: 32,73 g</p> <p>Cereal amb verdures Au Fruita</p>	<p><b>Crema de verdures</b></p> <p>Truita francesa amb formatge</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>816 Kcal</b> P: 30,83 g HC: 95,43 g L: 32,03 g</p> <p>Sopa Peix amb verdura Lacti natural</p>	<p>Patates estofades amb magra</p> <p>Bacallà a la papillota de verdures</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>735 Kcal</b> P: 38,05 g HC: 95,47 g L: 36,15 g</p> <p>Sopa Carn vermella amb verdura Lacti natural</p>	<p>Mongeta verda amb patates</p> <p>Estofat de gall d'indi amb xampinyons</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>742 Kcal</b> P: 31,04 g HC: 78,56 g L: 38,48 g</p> <p>Llegum amb cereal Ou amb verdura Fruita</p>	<p>Arròs amb verdures</p> <p>Vedella empanada</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>812 Kcal</b> P: 43,41 g HC: 102,43 g L: 34,22 g</p> <p>Especial divendres</p>
<p>dilluns, 9 març de 2020</p> <p>Tallarines amb salsa de xampinyons</p> <p>Salsitxes de porc al forn</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa</p> <p><b>895 Kcal</b> P: 32,35 g HC: 77,83 g L: 27,14 g</p> <p>Verdura Peix amb patata Fruita</p>	<p>dimarts, 10 març de 2020</p> <p>Coliflor amb patata</p> <p><b>Llom a la planxa</b></p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>703 Kcal</b> P: 34,98 g HC: 85,30 g L: 24,64 g</p> <p>Cereal amb verdures Ou Fruita</p>	<p>dimecres, 11 març de 2020</p> <p>Sopa de pollastre amb pasta</p> <p>Lluç amb verdures al forn</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>742 Kcal</b> P: 37,87 g HC: 112,33 g L: 27,46 g</p> <p>Crema Au amb cereal Lacti natural</p>	<p>dijous, 12 març de 2020</p> <p><b>Patates estofades amb bacallà</b></p> <p>Ous remenats amb tomàquet i xampinyons</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>897 Kcal</b> P: 43,51 g HC: 71,46 g L: 48,57 g</p> <p>Verdura i patata Peix Fruita</p>	<p>divendres, 13 març de 2020</p> <p>Arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Pollastre al forn amb taronja</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>895 Kcal</b> P: 40,79 g HC: 110,73 g L: 32,06 g</p> <p>Especial divendres</p>
<p>dilluns, 16 març de 2020</p> <p>Crema de carbassó amb rostes</p> <p>Canelons de carn gratinats</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>830 Kcal</b> P: 48,03 g HC: 78,15 g L: 25,84 g</p> <p>Patata Peix amb amanida Fruita</p>	<p>dimarts, 17 març de 2020</p> <p><b>Minestra de verdures</b></p> <p>Ous farcits de tonyina</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>795 Kcal</b> P: 30,65 g HC: 73,82 g L: 40,12 g</p> <p>Cereal amb verdures Au Fruita</p>	<p>dimecres, 18 març de 2020</p> <p>Arròs integral tres delícies casolà</p> <p>Fricandó de vedella amb xampinyons</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>854 Kcal</b> P: 34,49 g HC: 80,56 g L: 28,81 g</p> <p>Crema Ou amb patata Lacti natural</p>	<p>dijous, 19 març de 2020</p> <p>Patates estofades amb verdures</p> <p>Salmó a la mostassa</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa integral</p> <p><b>740 Kcal</b> P: 29,01 g HC: 111,67 g L: 45,60 g</p> <p>Verdura Llegum amb cereal Fruita</p>	<p>divendres, 20 març de 2020</p> <p><b>Dia de lliure disposició</b></p>
<p>dilluns, 23 març de 2020</p> <p>Sopa de rap amb fideus</p> <p>Truita de carbassó</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa</p> <p><b>798 Kcal</b> P: 27,36 g HC: 98,81 g L: 44,60 g</p> <p>Verdura i patata Peix Fruita</p>	<p>dimarts, 24 març de 2020</p> <p><b>Crema de verdures</b></p> <p>Pollastre a la italiana</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>854,29 Kcal</b> P: 49,47 g HC: 81,64 g L: 36,65 g</p> <p>Verdura i patata Peix Fruita</p>	<p>dimecres, 25 març de 2020</p> <p>Minestra de verdures</p> <p><b>Caella al forn</b></p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>701 Kcal</b> P: 14,89 g HC: 114,54 g L: 32,07 g</p> <p>Cereal Carn vermella amb amanida Lacti natural</p>	<p>dijous, 26 març de 2020</p> <p>Espirals integrals amb tomàquet</p> <p>Lluç a la romana</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>864 Kcal</b> P: 38,34 g HC: 99,44 g L: 29,45 g</p> <p>Verdura Ou amb patata Fruita</p>	<p>divendres, 27 març de 2020</p> <p>Arròs amb pollastre i pastanaga</p> <p>Mandonguilles amb salsa de tomàquet</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>1010 Kcal</b> P: 47,92 g HC: 122,99 g L: 36,24 g</p> <p>Especial divendres</p>
<p>dilluns, 30 març de 2020</p> <p>Arròs integral amb verdures</p> <p>Pernilets de pollastre al forn</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Postres làcties</p> <p>Pa</p> <p><b>894 Kcal</b> P: 23,86 g HC: 121,52 g L: 34,33 g</p> <p>Sopa amb cereal Au amb verdura Fruita</p>	<p>dimarts, 31 març de 2020</p> <p><b>Purè de verdures</b></p> <p>Ous remenats amb xampinyons</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>853 Kcal</b> P: 39,72 g HC: 84,99 g L: 39,37 g</p> <p>Cereal amb verdures Peix Fruita</p>	<p>dimecres, 1 abril de 2020</p> <p>Patates estofades amb verdures</p> <p>Calamars a la romana</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>789 Kcal</b> P: 34,31 g HC: 99,71 g L: 27,77 g</p> <p>Patata i verdura Carn vermella amb amanida Lacti natural</p>	<p>dijous, 2 abril de 2020</p> <p>Espaguetis a la camperola</p> <p>Limanda en salsa verda</p> <p>*****</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa integral</p> <p><b>871 Kcal</b> P: 38,01 g HC: 109,04 g L: 30,73 g</p> <p>Llegum amb cereal Ou amb verdura Fruita</p>	<p>divendres, 3 abril de 2020</p> <p>Crema de carbassa amb rostes</p> <p>Botifarra al forn</p> <p>Amanida del dia</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Pa</p> <p><b>833 Kcal</b> P: 33,49 g HC: 99,91 g L: 43,70 g</p> <p>Especial divendres</p>



registre sanitari i dietista col·legiada

plans estratègics que prenem com a referència per a l'elaboració dels nostres menús