|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **MENÚ NO PORC SETEMBRE 2023** |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **DILLUNS** | **DIMARTS** | **DIMECRES** | **DIJOUS** | **DIVENDRES** |
| **1ª**  **Setmana**  **28 agost-1 setembre** |  |  |  |  | **Mongeta verda i patata 250 gr**  Kcal. 239 Ptr. 22.59 Hdc. 23.37 lip. 5.50  **Hamburguesa de vedella amb ceba**  **150 gr**  Kcal .344 Ptr = 26.75 Hdc .17.86 Lip.28.10  **Fruita del temps**  Kcal = 69 Ptr = 0 Hdc = 18 Lip= 0 |
| **2ª**  **Setmana**  **4-8 setembre** | **llenties eco 250gr**  Kcal = 184 Ptr = 6.99 Hdc = 15.02 Lip= 2.81  **Contra cuixa de gall dindi amb verduretes 150gr**  Kcal = 236 Ptr 22.08 Hdc 21.64 Lip= 7.  **Fruita del temps**  Kcal = 69 Ptr = 0 Hdc = 18 Lip= | **Sopa de brou 250 gr**  Kcal. 145 Ptr.6.14 Hdc.28.03 lip. 0.61  **Filet de llenguadina amb enciam i blat de moro 150 gr**  Kcal. 229 Ptr.23.60 Hdc.10.35 lip. 9  **Fruita del temps**  Kcal = 69 Ptr = 0 Hdc = 18 Lip= 0 | **Pasta a l’orenga 250 gr**  Kcal = 116 Ptr = 6.46 Hdc = 14.33 Lip= 3.3  **Truita de patata amb amanida variada150gr**  Kcal = 273 Ptr = 29.47 Hdc = 14 Lip= 6.1  **Lacti**  Kcal = 123 Ptr = 5 Hdc = 16.25 Lip= 3.75 | **Arròs amb sofregit de ceba I tomàquet 250 gr**  Kcal.304 Ptr.12.40 Hdc.53.88 lip.5.50  **Pernilets de pollastre amb patatones 150 gr**  Kcal 236 Ptr = 22.08 Hdc 21.64 Lip 7.12  **Fruita del temps**  Kcal = 69 Ptr = 0 Hdc = 18 Lip= 0 | **Verdura amb rajolí d’oli d’oliva 250 gr**  Kcal. 239 Ptr. 22.59 Hdc. 23.37 lip. 5.50  **vedella jardinera 150 gr**  Kcal = 268 Ptr28.12Hdc = 7.92 Lip17.10  **Fruita del temps**  Kcal = 69 Ptr = 0 Hdc = 18 Lip= 0 |
| **3ª**  **Setmana**  **11-15**  **setembre** | **FESTIU** | **Crema de carbassó amb torronets de pa 250gr**  Kcal = 116 Ptr = 6.46 Hdc 14.33 Lip= 3.3  **Hamburguesa de vedella amb pastanaga**  Kcal .344 Ptr 26.75 Hdc .17.86 Lip.**28.10**  **Fruita del temps**  Kcal = 69 Ptr = 0 Hdc = 18 Lip= 0 | **Arròs tres delícies 250 gr**  Kcal.324 Ptr.13.09 Hdc.54.95 lip.6.03  **Truita francesa amb enciam, tomàquet i olives 150gr**  Kcal = 273 Ptr = 29.47 Hdc = 14 Lip= 6.1  **Lacti**  Kcal = 123 Ptr = 5 Hdc = 16.25 Lip= 3.75 | **Sopa de l’àvia 250 gr**  Kcal. 145 Ptr.6.14 Hdc.28.03 lip. 0.61  **Contra cuixa de gall dindi amb verduretes 150gr**  Kcal = 236 Ptr 22.08 Hdc 21.64 Lip= 7.  **Fruita del temps**  Kcal = 69 Ptr = 0 Hdc = 18 Lip= | **Cigrons estofats eco 250gr**  Kcal = 337Ptr = 6.1 Hdc = 27.9 Lip= 0  **Filet de rosada amb tomàquet i olives150 gr**  Kcal. 229 Ptr.23.60 Hdc.10.35 lip. 9.3  **Fruita del temps**  Kcal = 69 Ptr = 0 Hdc = 18 Lip= 0 |
| **4ª**  **Setmana**  **18-22**  **setembre** | **Mongeta verda i patata 250gr**  Kcal. 239 Ptr. 22.59 Hdc. 23.37 lip. 5.50  **Filet de llenguadina amb enciam i blat de moro 150 gr**  Kcal. 229 Ptr.23.60 Hdc.10.35 lip. 9  **Fruita del temps**  Kcal = 69 Ptr = 0 Hdc = 18 Lip= 0 | **Pasta siciliana250gr**  Kcal.394 Ptr.17.50 Hdc .56 Lip.10.30  **Truita de patata i ceba amb amanida 150gr**  Kcal = 273 Ptr = 29.47 Hdc = 14 Lip= 6.1  **Fruita del temps**  Kcal = 69 Ptr = 0 Hdc = 18 Lip= 0 | **Arròs caldós 250 gr**  Kcal.320 Ptr.12.79 Hdc.53.99 lip.6.03  **Filet de rosada amb tomàquet i olives150 gr**  Kcal. 229 Ptr.23.60 Hdc.10.35 lip. 9.3  **Lacti**  Kcal = 123 Ptr = 5 Hdc = 16.25 Lip= 3.75 | **Sopa de brou 250 gr**  Kcal. 145 Ptr.6.14 Hdc.28.03 lip. 0.61  **vedella jardinera 150 gr**  Kcal = 268 Ptr28.12Hdc = 7.92 Lip17.10  **Fruita del temps**  Kcal = 69 Ptr = 0 Hdc = 18 Lip= 0 | **Llenties estofades eco 250 gr**  Kcal. 349 Ptr. 17.34 Hdc.45.99 lip.4.  **Contra cuixa de gall dindi amb carbassó 150gr**  Kcal = 236 Ptr 22.08 Hdc 21.64 Lip= 7.  **Fruita del temps**  Kcal = 69 Ptr = 0 Hdc = 18 Lip= |
| **5ª**  **Setmana**  **25-29**  **setembre** | **Fideus a la cassola 250 gr**  Kcal = 316 Ptr = 12.20 Hdc = 47.84 Lip= 6.3  **Filet d’abadejo amb enciams i blat de moro 150 gr**  Kcal. 229 Ptr.23.60 Hdc.10.35 lip. 9.  **Fruita del temps**  Kcal = 69 Ptr = 0 Hdc = 18 Lip= 0 | **Crema de verdures amb torronets de pa 250gr**  Kcal = 116 Ptr = 6.46 Hdc = 14.33 Lip3.3  **Hamburguesa de vedella amb verduretes**  **150 gr**  Kcal .344 Pt26.75 Hdc .17.86 Lip.**28.10**  **Fruita del temps**  Kcal = 69 Ptr = 0 Hdc = 18 Lip= 0 | **Sopa de l’àvia 150 gr**  Kcal. 145 Ptr.6.14 Hdc.28.03 lip. 0.61  **Pernilets de pollastre xilindró**  Kcal = 236 Ptr = 22.08 Hdc = 21.64 Lip= 7.12  **Lacti**  Kcal = 123 Ptr = 5 Hdc = 16.25 Lip= 3.75 | **Arròs tres delícies 250 gr**  Kcal.324 Ptr.13.09 Hdc.54.95 lip.6.03  **Truita amb amanida 150gr**  **Kcal = 273 Ptr = 29.47 Hdc = 14 Lip= 6.1**  **Fruita del temps**  Kcal = 69 Ptr = 0 Hdc = 18 Lip= 0 | **Mongeta blanca eco250gr**  P:15.54g HC:33.71g L:3.98g  **Contra cuixa de gall dindi amb verduretes 150gr**  Kcal = 236 Ptr 22.08 Hdc 21.64 Lip= 7.  **Fruita del temps**  Kcal = 69 Ptr = 0 Hdc = 18 Lip= |

PA I POSTRES (FRUITA DE PROXIMITAT I LÀCTIS VARIATS