

	<p>REAL FISH</p> <p>Cada mes contarem amb una nova recepta especial para disfrutar del pescado en el comedor.</p> <p>Cada mes comptarem amb una nova recepta especial per gaudir del peix al menjador.</p>	<p>serunion@</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 1</p> <p>Kcal 815 Prot 31 Lip 38 HC 77</p> <p>Ensalada variada – Amanida variada</p> <p>Sopa maravilla</p> <p>Sopa maravilla</p> <p>Lomo al horno con verduras</p> <p>Llommel al forn amb verdures</p> <p>Helado-Gelat</p> <p>Pan blanco-Pa</p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 2</p> <p>Kcal 689 Prot 26 Lip 20 HC 99</p> <p>Ensalada variada – Amanida variada</p> <p> Macarrones ECO a la italiana</p> <p> Macarrons ECO a la italiana</p> <p>Bacalao al horno con cebolla caramelizada</p> <p>Abadejo al forn amb ceba caramelitzada</p> <p>Fruta-Fruita</p> <p>Pan blanco-Pa</p>
<p>LUNES/DILLUNS 5</p> <p>Kcal 697 Prot 22 Lip 17 HC 107</p> <p>Ensalada variada – Amanida variada</p> <p>Arroz a la cubana con huevo duro</p> <p>Arròs a la cubana amb ou dur</p> <p>Longanizas con zanahoria baby</p> <p>Llonganisses amb carlota baby</p> <p>Yogurt-logurt</p> <p>Pan blanco-Pa</p>	<p>MARTES/DIMARTS 6</p> <p>Kcal 629 Prot 27 Lip 21 HC 73</p> <p>Ensalada variada – Amanida variada</p> <p>Espirales boloñesa</p> <p>Espirals bolonyesa</p> <p>Palometa al horno con champiñones</p> <p>Palometa al forn amb xampinyons</p> <p>Fruta-Fruita</p> <p>Pan blanco-Pa</p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 7</p> <p>Kcal 603 Prot 30 Lip 21 HC 70</p> <p>Ensalada variada – Amanida variada</p> <p>Sopa de cocido</p> <p>Sopa d'olla</p> <p>Pollo con mostaza a la miel con patatas gajo</p> <p>Pollastre amb mostassa a la mel i creïlles galló</p> <p>Fruta-Fruita</p> <p>Pan integral-Pa integral</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 8</p> <p>Kcal 693 Prot 31 Lip 33 HC 63</p> <p>Ensalada variada – Amanida variada</p> <p> Lentejas ECO con chorizo</p> <p> Llentilles ECO amb xoriço</p> <p>Limanda al horno con pisto de verduras</p> <p>Limanda al forn amb sanfaina de verdures</p> <p>Gelatina-Gelatina</p> <p>Pan blanco-Pa</p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 09</p> <p>FESTIVO</p> <p>FESTIU</p>
<p>LUNES/DILLUNS 12</p> <p>FESTIVO</p> <p>FESTIU</p>	<p>MARTES/DIMARTS 13</p> <p>Kcal 696 Prot 27 Lip 24 HC 87</p> <p>Ensalada variada – Amanida variada</p> <p>Sopa de cocido</p> <p>Sopa d'olla</p> <p>Albóndigas en salsa</p> <p>Mandonguilles amb salsa</p> <p>Fruta-Fruita</p> <p>Pan blanco-Pa</p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 14</p> <p>Kcal 704 Prot 13 Lip 28 HC 100</p> <p>Ensalada variada – Amanida variada</p> <p>Arroz al horno</p> <p>Arròs al forn</p> <p>Entremeses</p> <p>Entremesos</p> <p>Fruta-Fruita</p> <p>Pan integral-Pa integral</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 15</p> <p>Kcal 812 Prot 36 Lip 39 HC 101</p> <p>Ensalada variada – Amanida variada</p> <p> Espaguetis ECO a la carbonara</p> <p> Espaguetis ECO a la carbonara</p> <p>Merluza en salsa de tomate, albahaca y aceitunas</p> <p>Lluç en salsa de tomata, alfàbega i olives</p> <p>Natillas-Natilles</p> <p>Pan blanco-Pa</p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 16</p> <p>Kcal 672 Prot 36 Lip 21 HC 79</p> <p>Ensalada variada – Amanida variada</p> <p>Potaje de garbanzos</p> <p>Potatge de cigrons</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Truita de creïlla</p> <p>Fruta-Fruita</p> <p>Pan blanco-Pa</p>
<p>LUNES/DILLUNS 19</p> <p>Kcal 751 Prot 32 Lip 24 HC 96</p> <p>Ensalada variada – Amanida variada</p> <p>Sopa de verduras con fideos</p> <p>Sopa de verduras amb fideus</p> <p>Hamburguesa con patatas fritas</p> <p>Hamburguesa amb creïlles fregides</p> <p>Yogurt-logurt</p> <p>Pan blanco-Pa</p>	<p>MARTES/DIMARTS 20</p> <p>Kcal 604 Prot 25 Lip 24 HC 72</p> <p>Ensalada variada – Amanida variada</p> <p>Crema de calabaza con picostostes</p> <p>Crema de carabassa amb rostos</p> <p>Pollo al horno con verduras</p> <p>Pollastre al forn amb verdures</p> <p>Fruta-Fruita</p> <p>Pan blanco-Pa</p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 21</p> <p>Kcal 603 Prot 34 Lip 21 HC 70</p> <p>Ensalada variada – Amanida variada</p> <p> Garbanzos ECO salteados con cebolla y jamón serrano</p> <p> Cigrons ECO saltats amb ceba i pernil serrà</p> <p>Tortilla francesa y dados de calabacín</p> <p>Truita francesa i daus de carabasseta</p> <p>Fruta-Fruita</p> <p>Pan integral-Pa integral</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 22</p> <p>Kcal 790 Prot 22 Lip 30 HC 108</p> <p>Ensalada variada – Amanida variada</p> <p>Espirales napolitana</p> <p>Espirals napolitana</p> <p>Albóndigas de bacalao con mousse de guisantes</p> <p>Mandonguilles d'abadejo amb mousse de pèsols</p> <p>Yogurt-logurt</p> <p>Pan blanco-Pa</p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 23</p> <p>Kcal 652 Prot 26 Lip 23 HC 84</p> <p>Ensalada variada – Amanida variada</p> <p>Arròs amb fesols i naps</p> <p>Arròs amb fesols i naps</p> <p>Jamón york y queso</p> <p>Pernil dolç i formatge</p> <p>Fruta-Fruita</p> <p>Pan blanco-Pa</p>
<p>LUNES/DILLUNS 26</p> <p>Kcal 629 Prot 29 Lip 24 HC 68</p> <p>Ensalada variada – Amanida variada</p> <p>Fideuá</p> <p>Fideuá</p> <p>Tortilla con queso</p> <p>Truita amb formatge</p> <p>Yogurt-logurt</p> <p>Pan blanco-Pa</p>	<p>MARTES/DIMARTS 27</p> <p>Kcal 675 Prot 24 Lip 27 HC 78</p> <p>Ensalada variada – Amanida variada</p> <p>Guisadito de pavo</p> <p>Guisat de titot</p> <p>Pizza de york</p> <p>Pizza de york</p> <p>Fruta-Fruita</p> <p>Pan blanco-Pa</p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 28</p> <p>Kcal 671 Prot 28 Lip 26 HC 78</p> <p>Ensalada variada – Amanida variada</p> <p>Coditos a los tres quesos</p> <p>Colzets als tres formatges</p> <p> Merluza con garbanzos a la cazuela</p> <p> Lluç amb cigrons a la cassola</p> <p>Fruta-Fruita</p> <p>Pan integral-Pa integral</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 29</p> <p>Kcal 612 Prot 24 Lip 21 HC 77</p> <p>Ensalada variada – Amanida variada</p> <p>Sopa de puchero con garbanzos ECO</p> <p>Sopa d'olla amb cigrons ECO</p> <p>Alitas de pollo a la barbacoa</p> <p>Aletes de pollastre a la barbacoa</p> <p>Petit suisse-Petit suisse</p> <p>Pan blanco-Pa</p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 30</p> <p>Kcal 747 Prot 23 Lip 17 HC 123</p> <p>Ensalada variada – Amanida variada</p> <p>Arroz a banda</p> <p>Arròs a banda</p> <p>Calamares a la romana con mahonesa</p> <p>Calamars a la romana amb maionesa</p> <p>Fruta-Fruita</p> <p>Pan blanco-Pa</p>