

<p><b>ESTE MES SE SERVIRAN LAS SIGUIENTES FRUTAS:</b>                  MANZANA GOLDEN                  MANZANA ROYAL GALA                  PERA CONFERENCIA                  NARANJA                  PLÁTANO                  MANDARINA</p> 	<p><b>PUEDES SOLICITAR A NUESTRO PERSONAL LA INFORMACIÓN DE SUSTANCIAS QUE PUEDEN CAUSAR ALERGIAS O INTOLERANCIAS, EN CUMPLIMIENTO DEL REGLAMENTO 1169/2011 SOBRE LA INFORMACIÓN ALIMENTARIA FACILITADA AL CONSUMIDOR.</b></p> <p><b>TODOS LOS JUEVES SE SERVIRA PAN INTEGRAL</b></p> 	<p><b>Concurso de Dibujo</b></p> 	<p><b>ALIMENTA TU FUERZA</b></p> 	<p><b>VIERNES / DIVENDRES 01</b></p> <p>Ensalada- Amanida                  Arroz con tomate                  Arròz amb tomata                  Bacalao a la Andaluza                  Bacallà a l'Andalusa                  Fruta – Fruita</p> <p>Kcal730 Prot 21 Lip 24 HC 106</p>
<p><b>LUNES / DILLUNS 04</b></p> <p>Ensalada- Amanida                  Crema de verduras                  Crema de verduras                  Longanizas con pisto y patatas chips                  Longanisses amb samfaina i creïlles xips                  Fruta – Fruita</p> <p>Kcal762 Prot 34 Lip 35 HC 79</p>	<p><b>MARTES / DIMARTS 05</b></p> <p>Ensalada- Amanida                  Alubias blancas con verduras                  Fesols blancs amb verdures                  Tortilla francesa con queso en porción                  Truita francesa amb formatge en porció                  Fruta – Fruita</p> <p>Kcal630 Prot 27 Lip 16 HC 93</p>	<p><b>MIÉRCOLES / DIMECRES 06</b></p> <p>Ensalada- Amanida  <b>Paella valenciana</b>  <b>Paella valenciana</b>                  Entremeses                  Entremessos                  Fruta – Fruita</p>  <p>Kcal837 Prot 43 Lip 29 HC 100</p>	<p><b>JUEVES / DIJOURS 07</b></p> <p>Ensalada- Amanida                  Sopa de letras                  Sopa de lletres                  Estofado de pavo a la jardinera                  Estofat de titot a la jardinera                  Yogur blanco azucarado – logurt blanc amb sucre</p> <p>Kcal531 Prot 36 Lip 13 HC 66</p>	<p><b>VIERNES / DIVENDRES 08</b></p> <p>Ensalada- Amanida                  Fideua                  Fideua                  Abadejo con cebolla y ajitos                  Abadejo amb ceba i alls                  Fruta- Fruita</p> <p>Kcal806 Prot 28 Lip 17 HC 132</p>
<p><b>LUNES / DILLUNS 11</b></p> <p>Ensalada- Amanida                  Guisado de patata con verduras                  Guisat de creïlles amb verdures                  Cordon bleu                  Cordon bleu                  Fruta- Fruita</p> <p>Kcal 669 Prot 30 Lip 21 HC 88</p>	<p><b>MARTES / DIMARTS 12</b></p> <p>Ensalada- Amanida                  Arroz rosejat                  Arròs rosejat                  Entremeses                  Entremessos                  Natillas - Natilles</p> <p>Kcal 740 Prot 31 Lip 27 HC 91</p>	<p><b>MIÉRCOLES / DIMECRES 13</b></p> <p>Ensalada- Amanida                  Sopa de picadillo                  Sopa de picat                  Hamburguesa de ternera con pisto                  Hamburguesa de vedella amb sanfaina                  Fruta – Fruita</p> <p>Kcal624 Prot 37 Lip 31 HC 48</p>	<p><b>JUEVES / DIJOURS 14</b></p> <p>Ensalada- Amanida                  Lentejas estofadas                  Llentilles estofades                  Tortilla de calabacín                  Truita de carabassó                  Fruta- Fruita</p> <p>Kcal653 Prot 32 Lip 21 HC 82</p>	<p><b>VIERNES / DIVENDRES 15</b></p> <p>Ensalada- Amanida                  Pasta lazos con tomate y atún                  Pasta llaços amb tomata i tonyina                  Merluza en salsa con guisantes                  Lluç en salsa amb pèsols                  Fruta- Fruita</p> <p>Kcal861 Prot 29 Lip 27 HC 124</p>
<p><b>LUNES / DILLUNS 18</b></p> <p><b>ALIMENTOS PARA LA VISTA</b>                  Crema de zanahoria                  Crema de carlota                  Albóndigas en salsa jardinera con patatas dado                  Mandonguilles en salsa jardinera amb creïlles dau                  Naranja- Taronja</p> <p>Kcal 617 Prot 27 Lip 25HC 68</p>	<p><b>MARTES / DIMARTS 19</b></p> <p><b>ALIMENTOS PARA LOS HUESOS</b>                  Ensalada con soja- Amanida amb soja  <b>Macarrones boloñesa</b>  <b>Macarrons bolonyesa</b>                  Tortilla francesa                  Truita francesa                  Yogur de fresa – logurt de maduixa</p>  <p>Kcal 781 Prot 28 Lip 29 HC 101</p>	<p><b>MIÉRCOLES / DIMECRES 20</b></p> <p><b>ALIMENTOS PARA EL CEREBRO</b>                  Ensalada- Amanida                  Arroz con tomate                  Arròs amb tomata  <b>Pescado azul</b> en salsa  <b>Peix blau</b> en salsa                  Fruta – Fruita</p> <p>Kcal671 Prot 16 Lip 19 HC 108</p>	<p><b>JUEVES / DIJOURS 21</b></p> <p><b>ALIMENTOS PARA EL CORAZÓN</b>                  Sopa maravilla con pescado                  Sopa meravella amb peix                  Contramuslo de pollo al curry con papas                  Contracuixa de pollastre al curry amb papas                  Manzana- Poma</p> <p>Kcal736 Prot 39 Lip 28 HC 80</p>	<p><b>VIERNES / DIVENDRES 22</b></p> <p><b>ALIMENTOS PARA LOS MUSCULOS</b>                  Ensalada- Amanida                  Garbanzos estofados con espinacas                  Cigrons estofats amb espinacs                  Pizza de jamón york y queso                  Pizza de pernil dolç i formatge                  Plátano- Platan</p> <p>Kcal724 Prot 25 Lip 23 HC 102</p>
<p><b>LUNES / DILLUNS 25</b></p> <p>Ensalada- Amanida                  Coditos gratinados con jamón                  Colzets al graten amb pernil                  Abadejo en salsa verde con guisantes                  Abadejo en salsa verda amb pèsols                  Fruta – Fruita</p> <p>Kcal649 Prot 31 Lip 19 HC 88</p>	<p><b>MARTES / DIMARTS 26</b></p> <p>Ensalada- Amanida                  Crema de verduras                  Crema de verdures                  Muslo de pollo asado con patata juliene                  Cuixa de pollastre rostida amb creïlla juliene                  Fruta- Fruita</p> <p>Kcal648 Prot 35 Lip 14 HC 94</p>	<p><b>MIÉRCOLES / DIMECRES 27</b></p> <p>Ensalada- Amanida                  Sopa de cocido                  Sopa de d'olla                  Salchichas Hot Dog                  Salsitxes Hot Dog                  Fruta – Fruita</p> <p>Kcal789 Prot 29 Lip 32 HC 95</p>	<p><b>JUEVES / DIJOURS 28</b></p> <p>Ensalada- Amanida  <b>Lentejas con verduras</b>  <b>Llentilles amb verdures</b>                  Tortilla española                  Truita espanyola                  Flan de vainilla- Flam de vainilla</p>  <p>Kcal502 Prot 30 Lip 15 HC 62</p>	

