



Dimecres 1-6		Dijous 2-6		Divendres 3-6	
Amanida de patata		Sopa de l'àvia		Arròs tres delícies	
Hamburguesa amb samfaina		Pit de pollastre a la planxa amb tomàquet al forn		Gall dindi arrebossat amb amanida	
Fruita del temps		Làctic		Fruita del temps	
Kcal: 738	Prot: 29 g.	Kcal: 604	Prot: 27 g.	Kcal: 707	Prot: 25 g.
Lip: 30 g.	H.C: 88 g.	Lip: 20 g.	H.C: 79 g.	Lip: 27 g.	H.C: 91 g.

A
L
I
M
E
N
T
A
N
T
E
L
P
R
E
S
E
N
T

Dilluns 6-6		Dimarts 7-6		Dimecres 8-6		Dijous 9-6		Divendres 10-6	
Ensaladilla russa		Arròs a la milanesa		Sopa de peix		Fideuà		Mongetes blanques amb bacon i tomàquet	
Mandonguilles amb xampinyons		Llom a la planxa amb amanida		Pollastre rostit amb amanida		Truita de patata amb amanida		Filet de lluç empanat amb amanida	
Fruita del temps		Fruita del temps		Fruita del temps		Làctic		Fruita del temps	
Kcal: 715	Prot: 30 g.	Kcal: 694	Prot: 37 g.	Kcal: 716	Prot: 21 g.	Kcal: 724	Prot: 29 g.	Kcal: 766	Prot: 27 g.
Lip: 27g.	H.C: 88 g.	Lip: 22 g.	H.C: 86 g.	Lip: 26 g.	H.C: 84 g.	Lip: 25 g.	H.C: 94 g.	Lip: 29 g.	H.C: 97 g.

Dilluns 13-6		Dimarts 14-6		Dimecres 15-6		Dijous 16-6		Divendres 17-6	
Amanida de pasta		Llenties a la Riojana		Arròs fregit amb gambes		Mongetes verdes amb patates			
Lacón al forn amb carbassó arrebossat		Truita de pernil dolç amb amanida		Lluç al forn amb amanida		Fricandó de vedella amb bolets			
Fruita del temps		Làctic		Fruita del temps		Fruita del temps			
Kcal: 727	Prot: 34 g.	Kcal: 674	Prot: 25 g.	Kcal: 726	Prot: 24 g.	Kcal: 685	Prot: 31 g.		
Lip: 23 g.	H.C: 96 g.	Lip: 26 g.	H.C: 84 g.	Lip: 28 g.	H.C: 93 g.	Lip: 25 g.	H.C: 84 g.		

Dilluns 20-6		Dimarts 21-6	
Arròs amb salsa de tomàquet		Macarrons a la carbonara	
Croquetes de pernil amb amanida		Aletes de pollastre amb amanida	
Fruita del temps		Fruita del temps	
Kcal: 733	Prot: 20 g.	Kcal: 726	Prot: 24 g.
Lip: 29 g.	H.C: 98 g.	Lip: 26 g.	H.C: 99 g.



Sabies que el meló es antioxidant i protegeix l'organisme dels radicals lliures, que són molt abundants sobretot en l'època de màxima exposició al sol.

Us desitgem unes bones vacances d'estiu!!!

Les amanides de guarnició tindran el següents ingredients: enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro i olives

La fruita del mes de juny serà: poma, pera, plàtan, síndria i meló.

Els làctics seran iogurts naturals, de sabors, flams, iogurt líquids i natilles

CESNUT
NUTRICIÓN
Consultoria Nutricional

Estem treballant conjuntament amb Cesnut Nutrició per a oferir-vos la màxima qualitat dietètica en la programació dels nostres menús. Per a qualsevol dubte del nostre menú contacti amb l'equip de Dietistes-Nutricionistes info@cesnut.com o per telèfon en el 93 634 12 12