

LUNES **MARTES** **MIÉRCOLES** **JUEVES** **VIERNES**

		1	Arròs amb tomàquet Remenat d' ou Carbassó saltat Fruta / Pa	2	Crema de carbassó Hamburguesa vegana Patates fregides logurt de soja / Pa	3	Cigrons guisats Croquetes veganes amb patates Fruta / Pa		
			587 Kcal 18,5g Prot 16,4g Lip 91,1g Hc		506 Kcal 28,5g Prot 19,2g Lip 52,8g Hc		774 Kcal 18,6g Prot 34g Lip 101,6g Hc		
6	Mongeta tendra amb patates Nuggets vegans Alberginia al forn Fruta / Pa	7	Macarrons amb tomàquet Hamburguesa vegana Patates fregides Fruta / Pa	8	Llenties amb verdures Trita de patates Amanida variada Fruta / Pa	9	Crema de pastanaga Mandonguilles veganes Patates Xips logurt de soja / Pa	10	Arròs amb tomàquet Trita francesa Amanida variada Fruta / Pa
	695 Kcal 28,6g Prot 40,5g Lip 52,6g Hc		734 Kcal 26,2g Prot 20,2g Lip 110,9g Hc		531 Kcal 30g Prot 12,4g Lip 80,1g Hc		1342 Kcal 27,2g Prot 67,4g Lip 156,6g Hc		565 Kcal 15,6g Prot 14,9g Lip 90,2g Hc
13	Sopa d'au i verdures Hamburguesa vegana Carbassó saltat Fruta / Pa	14	Macarrons amb tomàquet Remenat d' ou Patates fregides Fruta / Pa	15	Crema de verdures Nuggets vegans Amanida variada Fruta / Pa	16	Arròs amb tomàquet Croquetes veganes Patates Xips logurt de soja / Pa	17	Cigrons guisats Trita de carbassó Amanida variada Fruta / Pa
	596 Kcal 7,5g Prot 33,4g Lip 51g Hc		669 Kcal 22,4g Prot 23,9g Lip 91,6g Hc		478 Kcal 9,7g Prot 17,9g Lip 70g Hc		737 Kcal 35g Prot 26,9g Lip 83,9g Hc		542 Kcal 22,9g Prot 16,4g Lip 77,4g Hc
20	Espaguetis amb tomàquet Nuggets vegans Carbassó saltat Fruta / Pa	21	Mongeta tendra amb patates Trita de patates Amanida variada Fruta / Pa	22	Arròs amb tomàquet Hamburguesa vegana a la planxa Alberginia al forn Fruta / Pa	23	Crema de carbassó Mandonguilles veganes Amanida variada logurt de soja / Pa	24	Sopa d'au i verdures Remenat de bolets amb patates Fruta / Pa
	632 Kcal 29,7g Prot 18,5g Lip 84,3g Hc		425 Kcal 18,1g Prot 15,2g Lip 55,6g Hc		849 Kcal 9,6g Prot 41,2g Lip 93,8g Hc		532 Kcal 12,4g Prot 21,8g Lip 71,2g Hc		494 Kcal 16,1g Prot 24,7g Lip 53,7g Hc
27	Mongeta tendra amb patates Hamburguesa vegana a la planxa Alberginia al forn Fruta / Pa	28	Llenties amb verdures Trita francesa Amanida variada Fruta / Pa	29	Arròs amb tomàquet Mandonguilles veganes Patates fregides Fruta / Pa	30	Sopa d'au i verdures Pizza vegana logurt de soja / Pa	31	Espirals amb tomàquet Croquetes veganes Amanida variada Fruta / Pa
	682 Kcal 8,2g Prot 44g Lip 48,5g Hc		504 Kcal 26,2g Prot 14,8g Lip 69,3g Hc		645 Kcal 25,7g Prot 17g Lip 95,5g Hc		721 Kcal 13g Prot 25,3g Lip 97,9g Hc		663 Kcal 15,7g Prot 20,8g Lip 102,7g Hc

