

<p><b>LUNES/DILLUNS 03</b> Kcal912 Prot 36 Lip 39 HC 101</p> <p>Ensalada lechuga, tomate, aceitunas y queso</p> <p>Espaguetis ECO carne y calabacín</p> <p>Espaguetis ECO carn i carabasseta</p> <p>Halibut al horno con pisto casero</p> <p>Halibur al forn amb sanfaina casolana</p> <p>Fruta – Fruita Almibar</p> <p>Pan – Pa</p>	<p><b>MARTES/DIMARTS 04</b> Kcal525 Prot 22 Lip 22 HC 55</p> <p>Ensalada mixta (ensalada de lechuga, tomate, maíz</p> <p>Arroz al horno</p> <p>Arròs al forn</p> <p>Jamon york y queso</p> <p>Pernil dolç i formatge</p> <p>Fruta – Fruita</p> <p>Pan – Pa</p>	<p><b>MIÉRCOLES/DIMECRES 05</b> <b>PROYECTO EDUCATIVO GUST- OH! LAB</b> <b>JORNADA “DEL GUSTO</b></p> <p>Ensalada – Amanida</p> <p>Crema de calabaza con crujiente de jamon serrano</p> <p>Crema de carabasa amb cruixent de pernil</p> <p>Bacalao en salsa de tomate</p> <p>Abadejo amb salsa de tomata</p> <p>Yogurt natural con pepitas de chocolate</p> <p>logurt natural amb pepites de xocolate</p> <p>Pan - Pa</p>	<p><b>JUEVES/DIJOUS 06</b></p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p><b>VIERNES/DIVENDRES 07</b> Kcal577 Prot 35 Lip 20 HC 57</p> <p>Ensalada variada (ensalada de lechuga, tomate y york)</p> <p>Potaje de garbanzos</p> <p>Potage de cigrons</p> <p>Pizza de verduras casera</p> <p>Pizza de verduras casolana</p> <p>Fruta - Fruita</p> <p>Pan – Pa</p>
<p><b>LUNES/DILLUNS 10</b> Kcal788 Prot 38 Lip 32 HC 81</p> <p>Ensalada Pomodoro (lechuga, tomate y queso)</p> <p>Sopa de verduras con fideos</p> <p>Sopa de verduras amb fideos</p> <p>Caella con zanahoria, guisantes y quinoa ECO</p> <p>Caella amb carlota, pesols y quina ECO</p> <p>ZUMO NARANJA NATURAL</p> <p>SUC TARONJA NATURAL</p> <p>Pan – Pa</p>	<p><b>MARTES/DIMARTS 11</b> Kcal751 Prot 41 Lip 34 HC 65</p> <p>Ensalada mixta (ensalada de lechuga, tomate, maíz y zanahoria)</p> <p>Crema Vichyssoise con picastostes</p> <p>Crema Vichyssoise amb rostes</p> <p>Tortilla de queso casera con calabacín</p> <p>Truita de formatge casolana amb carabasseta</p> <p>Fruta – Fruita</p> <p>Pan - Pa</p>	<p><b>MIÉRCOLES/DIMECRES 12</b> Kcal 512 Prot 23 Lip 18 HC 62</p> <p>Ensalada campesina (ensalada de lechuga, tomate, y huevo)</p> <p>Lentejas caseras con verduras</p> <p>Lentilles casolanes amb verdures</p> <p>Pizza de york</p> <p>Pizza de york</p> <p>MARMOLINA DE CHOCOLATE</p> <p>Pan – Pa</p>	<p><b>JUEVES/DIJOUS 13</b> Kcal 769 Prot 43 Lip 28 HC 83</p> <p>Tuna salad (lechuga, tomate, pimiento y cebolla)</p> <p>Tallarines con verduras</p> <p>Tallarins amb verdures</p> <p>Merluza al horno con coliflor salteada</p> <p>Lluç al forn amb floricol saltada</p> <p>Fruta – Fruita</p> <p>Pan -Pa</p>	<p><b>VIERNES/DIVENDRES 14</b> Kcal652 Prot 26 Lip 23 HC 84</p> <p>Ensalada completa (ensalada de zanahoria, tomate, maíz, lechuga )</p> <p><b>CALDO DE LA ABUELA</b></p> <p>Arroz caldoso de pollo</p> <p>Arròs caldos de pollastre</p> <p>Tosta de jamon york y queso</p> <p>Tosta de pernil dolç i formatge</p> <p>Fruta - Fruita</p> <p>Pan - Pa</p>
<p><b>LUNES/DILLUNS 17</b> Kcal547 Prot 29 Lip 12 HC 79</p> <p>Ensalada tropical (ensalada de lechuga, piña)</p> <p>Crema de verduras con picatostes</p> <p>Crema de verduras amb rostes</p> <p>Merluza a la andaluz con pisto de verduras</p> <p>Lluç a l'andalussa amb sanfaina de verdures</p> <p>Yogurt – logurt</p> <p>Pan - Pa</p>	<p><b>MARTES/DIMARTS 18</b> Kcal793 Prot 44 Lip 24 HC 92</p> <p>Ensalada diana (lechuga, tomate, cebolla y aceitunas)</p> <p>Coditos con atún</p> <p>Colzets amb toyina</p> <p>Huevos revueltos con champiñones</p> <p>Ous remenats amb xampinyo</p> <p>Fruta – Fruita</p> <p>Pan - Pa</p>	<p><b>MIÉRCOLES/DIMECRES 19</b> Kcal 673 Prot 43 Lip 19 HC 78</p> <p>Ensalada ilustrada (ensalada de tomate, cebolla, huevo y atún)</p> <p>Fisherman soap (sopa de pescado con fideos)</p> <p>Fisherman soap ( sopa de peix amb fideos)</p> <p>Hamburguesa completa con patatas fritas</p> <p>Hamburguesa completa amb creïlles fregides</p> <p>Fruta – Fruita</p> <p>Pan - Pa</p>	<p><b>JUEVES/DIJOUS 20</b></p> <p><b>COMIDA ESPECIAL NAVIDAD</b> <b>DINAR ESPECIAL NADAL</b></p> <p>Ensalada</p> <p>Snacks</p> <p>Arroz a la cubana con huevo</p> <p>Longanizas con patatas fritas</p> <p>Postre de navidad</p>	<p><b>VIERNES/DIVENDRES 21</b> Kcal477 Prot 20 Lip 17 HC 57</p> <p>Ensalada de mar (ensalada de lechuga, zanahoria, cebolla, surimi)</p> <p>Lentejas con verduras</p> <p>Llentilles amb verdures</p> <p>Pollo al horno con verduras</p> <p>Pollastre amb al forn amb verdures</p> <p>Fruta - Fruita</p> <p>Pan - Pa</p>
	<p><b>FELIZ NAVIDAD/BON NADAL</b></p>			