

## MENÚ ESCOLA BRESSOL DESEMBRE I GENER

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	PERIODE
<p>Macarrons napolitana (sofregit de tomàquet i formatge ratllat)</p> <p>Rap arrebossat amb enciam, blat de moro i panses</p> <p>logurt ecològic</p> <p>477kcal</p> <p>HC:40g, Prot: 24g, Greix 24g</p>	<p>Crema de pastanaga</p> <p>Hamburguesa de vedella amb bolets saltejats</p> <p>Fruita del temps</p> <p>447kcal</p> <p>HC:33g, Prot: 29g, Greix 21g</p>	<p>Llenties de l'àvia</p> <p>Truita de formatge amb enciam i poma</p> <p>Fruita del temps</p> <p>465kcal</p> <p>HC:41g, Prot: 22g, Greix 23g</p>	<p>Sopa de brou amb pistons</p> <p>Lluç al forn amb ceba i pastanaga cuita</p> <p>Fruita del temps</p> <p>424kcal</p> <p>HC:42g, Prot: 25g, Greix 16g</p>	<p>Arròs amb verdures de temporada</p> <p>Pollastre arrebossat amb patata vapor</p> <p>Fruita del temps</p> <p>439kcal</p> <p>HC:46g, Prot: 30g, Greix 14g</p>	<p>Del 3 al 7 de Desembre</p> <p>Del 21 al 25 de gener</p>
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	PERIODE
<p>Espirals amb salsa blanca (tofu fumat i beguda de civada)</p> <p>Lluç enfarinat amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita del temps</p> <p>459kcal</p> <p>HC:56g, Prot: 22g, Greix 15g</p>	<p>Crema de carbassó</p> <p>Mandonguilles a la jardinera</p> <p>Fruita del temps</p> <p>472kcal</p> <p>HC:40g, Prot: 23g, Greix 24g</p>	<p>Sopa de brou d'estrelletes</p> <p>Pollastre a la planxa amb patates fregides</p> <p>Fruita del temps</p> <p>472kcal</p> <p>HC:36g, Prot: 26g, Greix 24g</p>	<p>Arròs amb tomàquet</p> <p>Truita a la francesa amb xampinyons</p> <p>Fruita del temps</p> <p>443kcal</p> <p>HC:49g, Prot: 17g, Greix 20g g</p>	<p>Cigrons amb espinacs</p> <p>Salmó al forn amb enciam i pastanaga i magrana</p> <p>logurt ecològic</p> <p>490kcal</p> <p>HC:37g, Prot: 29g, Greix 24g</p>	<p>Del 10 al 14 de Desembre</p> <p>Del 28 de Gener al 1 de Febrer</p>
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	PERIODE
<p>Tallarines a la carbonara</p> <p>Filet de bacallà al forn amb salsa de pebrot, tomàquet i ceba</p> <p>Fruita del temps</p> <p>461kcal</p> <p>HC:42g, Prot: 21g, Greix 22g</p>	<p>Patata i mongeta tendra</p> <p>Fricandó de vedella</p> <p>Fruita del temps</p> <p>459kcal</p> <p>HC:37g, Prot: 26g, Greix 22g</p>	<p>Crema de pastanaga</p> <p>Arròs a la cassola amb costella i salsitxes</p> <p>Fruita del temps</p> <p>492kcal</p> <p>HC:54g, Prot: 24g, Greix 18g</p>	<p>Llenties guisades</p> <p>Rap arrebossat amb amanida d'enciam i olives</p> <p>Fruita del temps</p> <p>463kcal</p> <p>HC:44g, Prot: 27g, Greix 19g</p>	<p>Escudella de Nadal amb galets</p> <p>Pollastre guisat amb prunes</p> <p>Neules i Torrons</p>	<p>Del 17 al 21 de Desembre</p>
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	PERIODE
	<p>Llenties guisades</p> <p>Croquetes de bacallà amb amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita del temps</p> <p>463kcal</p> <p>HC:44g, Prot: 27g, Greix 19g</p>	<p>Bròquil amb patates</p> <p>Hamburguesa vedella amb tomàquet al forn</p> <p>logurt ecològic</p> <p>462kcal</p> <p>HC:35g, Prot: 23g, Greix 26g</p>	<p>Espaguetis a la bolonyesa vegetal (seità i tempeh)</p> <p>Lluç arrebossat amb saltejat de xampinyons</p> <p>Fruita del temps</p> <p>459kcal</p> <p>HC:56g, Prot: 22g, Greix 15g g</p>	<p>Arròs amb sofregit de tomàquet</p> <p>Truita de patates amb enciam i olives</p> <p>Fruita del temps</p> <p>478kcal</p> <p>HC:48g, Prot: 12 g, Greix 26g</p>	<p>Del 8 al 11 de gener</p>
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	PERIODE
<p>Coliflor amb patata bullida</p> <p>Salmó al forn amb verdures</p> <p>Fruita del temps</p> <p>432kcal</p> <p>HC:42g, Prot: 21g, Greix 19g</p>	<p>Sopa de brou amb lletres</p> <p>Pollastre a la planxa amb carbassó forn</p> <p>logurt ecològic</p> <p>469kcal</p> <p>HC:30g, Prot: 29 g, Greix 25g</p>	<p>Macarrons napolitana (sofregit de tomàquet i formatge ratllat)</p> <p>Lluç enfarinat amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita del temps</p> <p>473kcal</p> <p>HC:50g, Prot: 23g, Greix 18g</p>	<p>Cigrons bullits</p> <p>Truita d'espinacs amb amanida d'enciam i olives</p> <p>Fruita del temps</p> <p>482kcal</p> <p>HC:58g, Prot: 15g, Greix 20g</p>	<p>Arròs amb tomàquet</p> <p>Seità arrebossat amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita del temps</p> <p>491kcal</p> <p>HC:61g, Prot: 24g, Greix 16g</p>	<p>Del 14 al 18 de Gener</p>