



# PICANT DE MANS

## MENÚ OCTUBRE I NOVEMBRE 2017

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	PERIODE
<p>Macarrons carbonara (tofu fumat i beguda de civada )</p> <p>Lluç al forn amb ceba i dauets de pastanaga</p> <p>Fruita del temps 752kcal HC:82 g, Prot: 35g, Greix:30g</p>	<p>Crema de carbassó</p> <p>Mandonguilles a la jardinera</p> <p>Fruita del temps 727kcal HC: 61g, Prot: 35g, Greix:37g</p>	<p>Sopa de brou amb d'estrelletes</p> <p>Pollastre arrebossat amb amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Iogurt ecològic 727kcal HC: 55g, Prot: 40g, Greix:37g</p>	<p>Arròs amb tomàquet</p> <p>Truita amb xampinyons</p> <p>Fruita del temps 683kcal HC: 76g, Prot:26g, Greix:30g</p>	<p>Cigrons estofats amb espinacs</p> <p>Croquetes d'au amb amanida d'enciam i olives</p> <p>Fruita del temps 727kcal HC: 71g, Prot: 34g, Greix:33g</p>	<p>Del 2 al 6 d'octubre</p> <p>Del 6 al 10 de Novembre</p>
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	PERIODE
<p>Espaguetis a la bolonyesa vegetal (seità i tempeh)</p> <p>Maira enfarinada amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita del temps 707kcal HC: 86g, Prot: 34g, Greix:24g</p>	<p>Patata i mongeta tendra al vapor</p> <p>Llom arrebossat amb rodanxes de tomàquet</p> <p>Fruita del temps 674kcal HC:65 g, Prot: 31g, Greix:31g</p>	<p>Crema de pastanaga</p> <p>Paella mixta</p> <p>Fruita del temps 712kcal HC: 95g, Prot: 21g, Greix:27g</p>	<p>Sopa de brou amb meravella</p> <p>Pollastre planxa amb patates fregides</p> <p>Fruita del temps 697kcal HC: 60g, Prot: 35g, Greix:34g</p>	<p>Mongetes seques saltejades</p> <p>Seità arrebossat amb verdures</p> <p>Iogurt ecològic 760kcal HC: 72g, Prot: 34g, Greix: 36g</p>	<p>Del 9 al 13 d'octubre</p> <p>Del 13 al 17 de Novembre</p>
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	PERIODE
<p>Llenties guisades amb pernil</p> <p>Croquetes de bacallà amb amanida d'enciam i magrana</p> <p>Fruita del temps 733kcal HC: 79g, Prot: 48g, Greix:24g</p>	<p>Arròs amb verdures de temporada</p> <p>Truita de patates amb amanida d'enciam i olives</p> <p>Fruita del temps 740kcal HC: 94g, Prot: 22g, Greix:30g</p>	<p>Bròquil amb patates</p> <p>Hamburguesa mixta amb ceba caramel·litzada i rodanxes de tomàquet</p> <p>Iogurt ecològic 747kcal HC: 58g, Prot: 37g, Greix:40g</p>	<p>Macarrons napolitana amb sofregit de tomàquet i formatge ratllat</p> <p>Lluç arrebossat amb saltejat de xampinyons</p> <p>Fruita del temps 728kcal HC: 77g, Prot: 36g, Greix:29g</p>	<p>Crema de carbassa i moniato</p> <p>Llom al forn amb xips</p> <p>Fruita del temps 689kcal HC: 72g, Prot: 27g, Greix:32g</p>	<p>Del 16 al 20 d'octubre</p> <p>Del 20 al 24 de Novembre</p>
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	PERIODE
<p>Coliflor amb patata i beixamel</p> <p>Fricandó de vedella</p> <p>Fruita del temps 783kcal HC: 54g, Prot: 39g, Greix:45g</p>	<p>Tallarines a la bolonyesa</p> <p>Pollastre a la planxa amb carbassó forn</p> <p>Iogurt ecològic 770kcal HC: 63g, Prot: 45g, Greix:35g</p>	<p>Cigrons estofats amb xoriç</p> <p>Truita d'albergínia amb amanida d'enciam i olives</p> <p>Fruita del temps 790kcal HC: 99g, Prot: 28g, Greix:31g</p>	<p>Sopa de brou amb lletres</p> <p>Filet de bacallà al forn amb salsa de pebrot, tomàquet i ceba</p> <p>Fruita del temps 670kcal HC: 72g, Prot:28 g, Greix:29g</p>	<p>Arròs amb sofregit de tomàquet</p> <p>Seità arrebossat amb amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita del temps 756kcal HC: 94g, Prot: 37g, Greix:25g</p>	<p>Del 23 al 27 d'octubre</p> <p>Del 27 de Novembre al 1 de desembre</p>
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	PERIODE
<p>Llenties de l'àvia</p> <p>Truita de formatge amb amanida d'enciam i poma</p> <p>Fruita del temps 728kcal HC: 68g, Prot: 39g, Greix:32g</p>	<p>Espirals a la carbonara amb bacon</p> <p>Lluç arrebossat amb enciam, blat de moro i panses</p> <p>Iogurt ecològic 789kcal HC: 93g, Prot: 33g, Greix:31g</p>	<p><b>FESTA</b></p>	<p>Crema de verdures</p> <p>Arròs a la cassola</p> <p>Fruita del temps 757kcal HC: 84g, Prot: 38g, Greix:29g</p>	<p>Mongetes seques saltejades</p> <p>Botifarra amb all i oli i pa amb tomàquet</p> <p>Fruita del temps 763kcal HC: 51g, Prot: 37g, Greix:45g</p>	<p>Del 30 d'octubre al 3 de Novembre</p>