



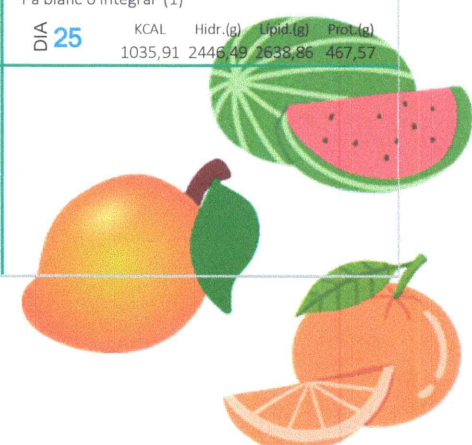
# BASAL ABRIL | NO LLEGUMS



Carrer Francesc Puget nº9  
35 08560 Manlleu  
RGS26.10301/B  
RISPAC26,06273/CAT

Menú elaborat per Carme Ramirez, Tècnica Superior en Dietètica

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	Crema de verdures (3, 6, 7) Pernilets de pollastre al forn Tomaquet amanit Fruita del temps Pa blanc o integral (1) <b>DIA 1</b> KCAL    Hidr.(g)    Lípid.(g)    Prot.(g) 837,12    1063,52    2758,94    1031,99	Arros amb salsa de tomaquet (6) Hamburguesa de lluç (1, 4, 12) Enciam i cogombre (12) Fruita del temps Pa blanc o integral (1) <b>DIA 2</b> KCAL    Hidr.(g)    Lípid.(g)    Prot.(g) 768,17    1767,28    1493,37    470,43	Espinacs saltejats (6) Pit de pollastre arrebossat (1, 3) Enciam i tomaquet (12) Fruita del temps Pa blanc o integral (1) <b>DIA 3</b> KCAL    Hidr.(g)    Lípid.(g)    Prot.(g) 769,29    1200,02    2363,50    848,13	Macarrons bolonyesa (1, 6, 7, T3) Nuggets de broquil i formatge (1, 3, 7) Bastonets d'alberginia (1, 10, T1) Iogurt (7) Pa blanc o integral (1) <b>DIA 4</b> KCAL    Hidr.(g)    Lípid.(g)    Prot.(g) 1030,66    1933,09    3604,38    575,25
Sopa d'arros i fideus (1, 3, 7, T3) Pollastre al allet (3, 6, 7) Patates roses Fruita del temps Pa blanc o integral (1) <b>DIA 7</b> KCAL    Hidr.(g)    Lípid.(g)    Prot.(g) 954,73    1369,89    3136,20    1049,31	Arros bullit Barretes de lluç arrebossades (1, 4) Enciam i tomaquet (12) Fruita del temps Pa blanc o integral (1) <b>DIA 8</b> KCAL    Hidr.(g)    Lípid.(g)    Prot.(g) 889,08    2176,05    2113,01    430,43	Patates estofades terra i mar (2, 4, 6, 14) Truita francesa (3) Enciam i pastanaga (12) Fruita del temps Pa blanc o integral (1) <b>DIA 9</b> KCAL    Hidr.(g)    Lípid.(g)    Prot.(g) 665,94    1266,35    2190,00    410,06	Crema de carbassa i pastanaga (6) Bacalla amb ous i panses (1, 3, 4) Fruita del temps Pa blanc o integral (1) <b>DIA 10</b> KCAL    Hidr.(g)    Lípid.(g)    Prot.(g) 627,52    1417,43    1009,40    644,34	Llaçets amb tonyina (1, 2, 4, 6, 14, T3) Hamburguesa mixta a la planxa (12) Enciam i olives verdes (4, 12) Iogurt (7) Pa blanc o integral (1) <b>DIA 11</b> KCAL    Hidr.(g)    Lípid.(g)    Prot.(g) 959,29    1461,02    3505,32    815,05
<b>DIA 14</b>	<b>DIA 15</b>	<b>DIA 16</b>	<b>DIA 17</b>	<b>DIA 18</b>
<b>DIA 21</b>	Coliflor i patata al vapor Pernilets de pollastre al forn Tomaquet amanit Fruita del temps Pa blanc o integral (1) <b>DIA 22</b> KCAL    Hidr.(g)    Lípid.(g)    Prot.(g) 710,07    814,96    2246,86    1024,30	Arros cassola (3, 6, 7) Lluç al forn (1, 2, 4, 6, 14) Enciam i cogombre (12) Fruita del temps Pa blanc o integral (1) <b>DIA 23</b> KCAL    Hidr.(g)    Lípid.(g)    Prot.(g) 764,15    1749,09    1502,76    637,07	Crema de porro (7) Botifarra planxa (12) Patata al caliu Fruita del temps Pa blanc o integral (1) <b>DIA 24</b> KCAL    Hidr.(g)    Lípid.(g)    Prot.(g) 982,97    1745,56    3527,77    589,63	Espirals vegetals amb bolonyesa de verdures (1, T3) Calamars romana (1, 7, 14) Enciam i olives verdes (4, 12) Iogurt (7) Pa blanc o integral (1) <b>DIA 25</b> KCAL    Hidr.(g)    Lípid.(g)    Prot.(g) 1035,91    2446,49    2638,86    467,57
Rossejat valencia (1, 6, 12, T3) Bunyols de bacalla (1, 4) Enciam i olives verdes (4, 12) Fruita del temps Pa blanc o integral (1) <b>DIA 28</b> KCAL    Hidr.(g)    Lípid.(g)    Prot.(g) 1007,51    2297,62    2897,53    430,50	Coliflor i patata al vapor Truita francesa (3) Enciam i tomaquet (12) Fruita del temps Pa blanc o integral (1) <b>DIA 29</b> KCAL    Hidr.(g)    Lípid.(g)    Prot.(g) 477,42    959,06    1531,26    266,48	Espagueti carbonara (1, 7, T3) Rap al forn amb all i julivert (4) Enciam i cogombre (12) Fruita del temps Pa blanc o integral (1) <b>DIA 30</b> KCAL    Hidr.(g)    Lípid.(g)    Prot.(g) 916,61    1759,65    2055,54    992,44		



Al·lèrgens: 1-Gluten, 2-Crustacis, 3-Ous, 4-Peix, 5-Cacauets, 6-Soja, 7-Llet, 8-Fruits secs, 9-Api, 10-Mostassa, 11-Sèsam, 12- Sulfits, 13-Tramussos, 14-Mol·luscs, T-Traces