

**MENÚ  
BASAL**

**CENTAC**  
Conselleria de Nutrición,  
Higiene y Seguridad  
Alimentaria

Menú supervisat pel Departament de  
Nutrició de: **CENTAC GROUP, S.L.**

**GENER 25**

Santa Anna

**ÀPATS  
Sans**

**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

13  
Arròs amb tomàquet  
Hamburguesa vegetal  
amb amanida  
Fruita del temps  
507 Cal / 51 HC / 24 Pro / 23 Gr

14  
Cigrons estofats  
amb ou dur  
Aletes de pollastre  
amb carabassó arrebossat  
Fruita del temps  
586 Cal / 53 HC / 35 Pro / 26 Gr

15  
Brocoli  
amb patates  
Mandonguilles  
de gall dindi  
iogurt La Fageda  
541 Cal / 55 HC / 23 Pro / 25 Gr

16  
Espaguetis al pesto  
Bacallà arrebossat  
amb amanida  
Fruita del temps  
550 Cal / 29 HC / 32 Pro / 34 Gr

17  
Purè de verdures  
amb crostons  
Canelons gratinats  
Fruita del temps  
586 Cal / 54 HC / 25 Pro / 30 Gr

20  
Macarrons a la Bolonyesa  
de tonyina  
Cuixes de pollastre  
a la llimona  
amb samfaina  
Fruita del temps  
480 Cal / 51 HC / 24 Pro / 20 Gr

21  
Arròs caldós  
amb verdures  
Truita de patates  
amb carabassó  
a la provençal  
Fruita del temps  
549 Cal / 55 HC / 26 Pro / 25 Gr

22  
Fesols guisats  
amb verdures  
Llonganissa a la planxa  
amb amanida  
Fruita del temps  
566 Cal / 51 HC / 32 Pro / 26 Gr

23  
Vaporada  
de verdura tricolor  
Hamburguesa mixta  
amb amanida  
Fruita del temps  
533 Cal / 52 HC / 25 Pro / 25 Gr

24  
Fideus rossos  
amb all i oli  
Peix a la planxa  
amb base de samfaina  
iogurt La Fageda  
575 Cal / 55 HC / 28 Pro / 27 Gr

27  
Llenties guisades  
amb verdures  
Truita francesa  
amb formatge  
i amanida  
Fruita del temps  
597 Cal / 67 HC / 26 Pro / 25 Gr

28  
Bajoca  
amb patates  
Pit de pollastre a la planxa  
amb verdures al forn  
Fruita del temps  
551 Cal / 37 HC / 49 Pro / 23 Gr

29  
Sopa de pollastre  
amb fideus  
Mandonguilles de peix  
amb verdura  
iogurt La Fageda  
562 Cal / 59 HC / 23 Pro / 26 Gr

30  
Arròs  
amb tomàquet  
Peix a la planxa  
amb amanida  
Fruita del temps  
518 Cal / 31 HC / 22 Pro / 34 Gr

31  
Purè de carabassa  
i pastanaga  
Pizza margarita  
Fruita del temps  
543 Cal / 35 HC / 22 Pro / 35 Gr

Podria haver-hi algun canvi en el menú degut a exigències del mercat. Fruita disponible: poma Golden, poma Royal Gala, pera Conference, pera Blanquilla, plàtan, taronja i mandarina + Fruita de temporada.  
\*Amanida variada: conté enciam, brots tendres, escarola o endívies amb una combinació de cogombre amanit, tomàquet, pastanaga, remolatxa, olives o pipes. El **peix** de lotja disponible varia entre rap, bacallà, lluç i gall de Sant Pere. Informació nutricional: es disposa de la informació nutricional aproximada referent a: energia (kcal)/hidrats de carboni (g)/proteïnes(g)/lipids o greixos (g).

Rsipac 26.05017/CAT RGSEAA 26.05074/T - ISO 22000:2018 CERTIFICADO N° FSMS-24/590/S