

ESCOLES BRESSOL MAINADA I MARRECS

BASAL

SETEMBRE 2026



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
8 AL 11 DE SETEMBRE 2026		Espirals integrals amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Truita de carbassó amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Sopa d'au amb pasta fina Pollastre al forn amb amanida d'enciam i tomàquet Iogurt natural sense sucre	Arròs tres delícies (amb pastanaga, mongeta verda i truita) Filet de lluç al forn amb rodanxes de tomàquet i patata Fruita de temporada	FESTA
		Kcal: 477,36; H: 60,49g; P: 18,67g; L: 20,6g	Kcal: 481,6; H: 42,5g; P: 18,87g; L: 24,2g	Kcal: 431,9; H: 60,4g; P: 11,24g; L: 16,67g	
		Berenar: Fruita i pa integral	Berenar: Fruita i pa	Berenar: Fruita i pa integral	
		Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	
14 AL 18 DE SETEMBRE 2026	Fideos a la cassola amb verdures Truita francesa amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	Mongeta verda i patata amb xampinyons saltejats Estofat de vedella amb patates Fruita de temporada	Sopa de peix amb pasta fina Pollastre guisat amb daus de patates Iogurt natural sense sucre	Arròs integral amb verdures trocejades Cues de rap al forn amb tomàquet i ceba Fruita de temporada	Trinxat de col i patata Llenties estofades amb verdures i arròs Fruita de temporada
	Kcal: 567; H: 63,9g; P: 18,3g; L: 23,3g	Kcal: 549,8; H: 53,2g; P: 21,9g; L: 23,8g	Kcal: 488,65; H: 62,3g; P: 18,24g; L: 0,72g	Kcal: 485,94; H: 48,4g; P: 21,6g; L: 11,6g	Kcal: 534,9; H: 62,9g; P: 18,5g; L: 19,7g
	Berenar: Fruita i pa	Berenar: Fruita i pa integral	Berenar: Fruita i pa	Berenar: Fruita i pa integral	Berenar: Fruita i pa
	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g
21 AL 25 DE SETEMBRE 2026	Macarrons integrals amb salsa beixamel gratinats amb formatge Truita de carbassó amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	Col.liflor amb patata Cigrons estofats amb verdures Fruita de temporada	Sopa d'au amb pasta fina Pollastre al forn amb cebà rustida Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet Lluc a la taronja amb patatetes Iogurt natural sense sucre	Crema de carbassó, pastanaga i patates Pèsols saltjats amb ceba Fruita de temporada
	Kcal: 477,36; H: 60,49g; P: 18,67g; L: 20,6g	Kcal: 549,8; H: 53,2g; P: 21,9g; L: 23,8g	Kcal: 451,5; H: 55,2g; P: 19,9g; L: 15,1g	Kcal: 431,9; H: 60,4g; P: 11,24g; L: 16,67g	Kcal: 534,9; H: 62,99g; P: 18,4g; L: 19,7g
	Berenar: Fruita i pa	Berenar: Fruita i pa integral	Berenar: Fruita i pa	Berenar: Fruita i pa integral	Berenar: Fruita i pa
	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g
28 AL 30 DE SETEMBRE 2026	Cous-Cous amb verdures Truita de patates amb enciam i pastanaga ratllada Iogurt natural sense sucre	Mongeta verda amb pastanaga i patata Hamburguesa de vedella amb ceba confitada Fruita de temporada	Sopa d'au amb pasta fina Pollastre guisat amb rodanxes de patata Fruita de temporada		
	Kcal: 567; H: 63,9g; P: 18,3g; L: 23,3g	Kcal: 521,37; H: 54,62g; P: 24,9g; L: 17,5g	Kcal: 451,5; H: 55,2g; P: 19,9g; L: 15,1g		
	Berenar: Fruita i pa	Berenar: Fruita i pa integral	Berenar: Fruita i pa		
	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g	Kcal: 160,32; H: 27,4g; P: 2,16g; L: 3,85g		

SI DINEM	PODEM SOPAR
Llegum/ fécules	Verdures Hortalisses
Verdures Hortalisses	Llegum/Fécules
Ous	Carn/ Peix
Carn	Ous/Peix
Peix	Carn/ Ous
Fruita	Làctic/Fruita
Làctic	Fruita

SUPERVISORA Montserrat Prat Quiñones
DIETISTA Cristina Echevarría Pérez **Num col.legiat** CAT001118