

2

FESTIVO

3

FESTIVO

4

629 Kcal. P.: 23 HC.: 39 L.: 31 G.: 6

 GUISAT DE MONGETES BLANQUES
 POLLASTRE A LA TARONJA
 VERDURES
 FRUITA

5

493 Kcal. P.: 16 HC.: 37 L.: 44 G.: 13

 CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA
 LLOM DE PORC AL FORN
 PATATA PANADERA
 FRUITA

6

814 Kcal. P.: 11 HC.: 47 L.: 41 G.: 7

 ARRÒS AMB SALSÀ "ALLA NORMA" (SALSÀ DE
 TOMÀQUET I ALBERGÍNIA)
 FILET D'ABADEJO AL FORN
 BRÒQUIL
 FRUITA

9

788 Kcal. P.: 12 HC.: 43 L.: 40 G.: 6

 LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS INTEGRAL
 POLLASTRE AL FORN
 MONGETES VERDES
 FRUITA

10

682 Kcal. P.: 20 HC.: 47 L.: 31 G.: 6

 ESPIRALS AMB PESTO
 BACALLÀ AMB SALSÀ VERDA
 CARBASSÒ
 FRUITA

11

1.024 Kcal. P.: 10 HC.: 38 L.: 51 G.: 11

 ARRÒS A LA CUBANA
 HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA
 PASTANAGA BOLLIDA
 FRUITA

12

657 Kcal. P.: 25 HC.: 26 L.: 48 G.: 14

MERCAT DE LIVRAMENTO

(PORTUGAL)

 CREMA DE ELOTE (Blat de moro, ceba i
 patata)
 POLLASTRE AL FORN
 PATATES A DAUS
 IOGURT

13

540 Kcal. P.: 12 HC.: 36 L.: 49 G.: 9

 SOPA DE VERDURES
 TRUITA DE PATATA AMB SALSÀ
 FRUITA

16

738 Kcal. P.: 19 HC.: 43 L.: 35 G.: 8

 ESPIRALS (INTEGRAL) AMB TOMÀQUET
 POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA
 VERDURES
 FRUITA

17

609 Kcal. P.: 19 HC.: 40 L.: 36 G.: 7

 GUISAT DE CIGRONS
 REMENAT D'OU AMB TONYINA
 TOMÀQUET AL FORN
 FRUITA

18

578 Kcal. P.: 14 HC.: 40 L.: 43 G.: 13

 CREMA DE COLIFLOR
 MANDONGUILLES AMB PÈSOLS I PATATES
 DAU
 FRUITA

19

684 Kcal. P.: 10 HC.: 48 L.: 40 G.: 8

 ESCUDELLA
 GUISAT DE LLOM
 FRUITA

20

755 Kcal. P.: 18 HC.: 40 L.: 40 G.: 9

JORNADA FISH REVOLUTION
 PAELLA AMB VERDURES
 SALMÓ AL FORN AMB SALSÀ D'ALFÀBREGA
 FRESCA
 MONGETES VERDES
 IOGURT

23

607 Kcal. P.: 13 HC.: 41 L.: 45 G.: 13

 CREMA DE VERDURES
 HAMBURGUESA MIXTA
 ARRÒS INTEGRAL
 FRUITA

24

649 Kcal. P.: 20 HC.: 52 L.: 26 G.: 6

 ESPAGUETIS GRATINATS
 LLUÇ A LA MALLORQUINA
 IOGURT

25

657 Kcal. P.: 23 HC.: 42 L.: 29 G.: 5

 LLENTIES ESTOFADES AMB PATATA
 POLLASTRE AL FORN
 TOMÀQUET AMANIT
 FRUITA

26

510 Kcal. P.: 21 HC.: 61 L.: 10 G.: 1

 BULLIT MALLORQUÍ
 GUISAT DE CIGRONS AMB BACALLÀ
 FRUITA

27

712 Kcal. P.: 11 HC.: 54 L.: 33 G.: 7

 ARRÒS BRUT AMB VERDURES
 TRUITA DE CARBASSÒ
 CARBASSÒ
 FRUITA

30

642 Kcal. P.: 15 HC.: 57 L.: 25 G.: 4

 ESPIRALS (INTEGRAL) AMB TOMÀQUET
 ABADEJO AL FORN
 MONGETES VERDES
 FRUITA

31

512 Kcal. P.: 22 HC.: 35 L.: 41 G.: 10

 CREMA DE CARBASSÒ
 POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL
 PATATES A DAUS
 FRUITA
FISH
REVOLUTIONGUARDIANS
DE SALUTSkool
arest
Meraki EPSGROW
FOOD
BANKS

Scolarest

2

FESTIVO

3

TANCAT

4

GUISAT DE MONGETES BLANQUES
POLLASTRE A LA TARONJA
VERDURES
FRUITA

5

CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA
LLOM DE PORC AL FORN
PATATA PANADERA
FRUITA

6

ARRÒS AMB SALSA "ALLA NORMA" (SALSA DE
TOMÀQUET I ALBERGÍNIA)
FILET D'ABADEJO AL FORN
BRÒQUIL
FRUITA

9

PATATES SALTADES AMB VERDURA
POLLASTRE AL FORN
MONGETES VERDES
FRUITA

10

ESPIRALS AMB PESTO
BACALLÀ AMB SALSA VERDA
CARBASSÓ
FRUITA

11

ARRÒS A LA CUBANA
HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA
PASTANAGA BOLLIDA
FRUITA

12

MERCAT DE POBLA (MÈXIC)
CREMA DE ELOTE (Blat de moro, ceba i
patata)
POLLASTRE AL FORN
PATATES A DAUS
IOGURT

13

SOPA DE VERDURES
TRUITA DE PATATA AMB SALSA
FRUITA

16

ESPIRALS (INTEGRAL) AMB TOMÀQUET
POLLASTRE ROSTIT AMB FARIGOLA
VERDURES
FRUITA

17

GUISAT DE CIGRONS
REMENAT D'OU AMB TONYINA
TOMÀQUET AL FORN
FRUITA

18

CREMA DE COLIFLOR
MANDONGUILLES AMB PÈSOLS I PATATES
DAU
FRUITA

19

ESCUDELLA
GUISAT DE LLOM
FRUITA

20

JORNADA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
SALMÓ AL FORN AMB SALSA D'ALFÀBREGA
FRESCA
MONGETES VERDES
IOGURT

23

CREMA DE VERDURES
HAMBURGUESA MIXTA AMB SALSA
BARBACOA
ARRÒS INTEGRAL
FRUITA

24

ESPAGUETIS GRATINATS
LLUÇ A LA MALLORQUINA
IOGURT

25

PATATES AMB SALSA VERDA
POLLASTRE AL FORN
TOMÀQUET AMANIT
FRUITA

26

BULLIT MALLORQUÍ
GUISAT DE CIGRONS AMB BACALLÀ
FRUITA

27

ARRÒS BRUT AMB VERDURES
TRUITA DE CARBASSÓ
CARBASSÓ
FRUITA

30

ESPIRALS (INTEGRAL) AMB TOMÀQUET
ABADEJO AL FORN
MONGETES VERDES
FRUITA

31

CREMA DE CARBASSÓ
POLLASTRE ROSTIT PROVENÇAL
PATATES A DAUS
FRUITA



FISH
REVOLUTION



GUARDIANS
DE LA SALUT



Grow
FOOD
BANKS

