

“Menja de manera variada, equilibrada i moderada”

Dijous 1 A		Divendres 2 A	
Patates guisades amb verdures	12	Cigrons estofats amb magra i verdures	12
Fricandó de vedella amb xampinyons	-	Truita de tonyina	3, 4
***	-	Amanida d'enciam i pastanaga	12
Fruita de temporada	-	Fruita de temporada	-
Pa	1	Pa	1
E Kcal 721,13	HC g 80,28	PROT g 34,26	LIP g 30,33
E Kcal 818,89	HC g 75,78	PROT g 41,35	LIP g 38,93
Arròs		Especial divendres	
Porc			
Lacti			

Dilluns 5 A		Dimarts 6 A		Dimecres 7 A		Dijous 8 A		Divendres 9 A			
Fideuà de verdures	1, 9	Mongetes blanques amb carbassa	-	Sopa de pollastre amb pasta	1, 9	Arròs amb salsa de tomàquet	-	Trinxat de col i patata amb beicon	6, 12		
Ous remenats amb tomàquet i pernil	3	Nuggets de pollastre casolans	1, 3	Estofat de vedella a la jardineria	12	Lluç amb verdures al papillot	4	Mandonguilles amb salsa de tomàquet	12		
Amanida d'enciam i poma	12	Amanida d'enciam i cogombre	12	Patates fregides	12	Amanida d'enciam i olives	12	***	-		
Postres làcties	7	Fruita de temporada	-	Fruita de temporada	-	Fruita de temporada	-	Fruita de temporada	-		
Pa	1	Pa	1	Pa	1	Pa	1	Pa	1		
E Kcal 858,06	HC g 94,33	PROT g 36,17	LIP g 37,34	E Kcal 802,88	HC g 84,37	PROT g 50,2	LIP g 29,4	E Kcal 854,83	HC g 80,82	PROT g 35,98	LIP g 43,07
Arròs		Patata		Crema		Pasta		Especial divendres			
Vedella		Peix		Porc		Ou					
Fruita		Lacti		Fruita		Lacti					

Dilluns 12 A		Dimarts 13 A		Dimecres 14 A		Dijous 15 A		Divendres 16 A								
Dia de Lliure elecció		Espaguetis amb salsa de tomàquet i formatge	1, 7	Mongeta tendra amb patates	12	Sopa de l'àvia amb llegums	1, 9, 12	Arròs amb salsa de verdures	9							
		Calamars a la romana	1, 3, 4, 7, 14	Bacallà amb tomàquet	4	Pollastre amb salsa de taronja	-	Botifarra al forn	6, 12							
		Amanida de pastanaga, olives i blat de moro	-	***	-	Amanida d'enciam i cogombre	12	Amanida d'enciam, pastanaga i olives	12							
		Fruita de temporada	-	Fruita de temporada	-	Fruita de temporada	-	Fruita de temporada	-							
	Pa	1	Pa	1	Pa	1	Pa	1								
	E Kcal 781,95	HC g 100,31	PROT g 37,06	LIP g 25,83	E Kcal 618,95	HC g 80,88	PROT g 31,67	LIP g 18,75	E Kcal 676,11	HC g 67,33	PROT g 32,87	LIP g 30,59	E Kcal 832,2	HC g 96,8	PROT g 25,3	LIP g 38,2
	Arròs		Verdura		Pasta		Formatge fresc		Especial divendres							
	Vedella		Ou		Lacti											
	Lacti		Fruita													

Dilluns 19 A		Dimarts 20 A		Dimecres 21 A		Dijous 22 A		Divendres 23 A							
Crema de pastanaga amb rostes	1, 12	Arròs amb salsa de tomàquet	-	Tallarines amb saltejat de xampinyons	1, 12	Cigrons estofats amb verdures	12	Sopa de rap amb fideus	1, 4, 9						
Truita de patates	3, 12	Hamburguesa de vedella a la planxa	6, 12	Lluç amb verdures al forn	4, 12	Croquetes de bacallà	1, 2, 4, 6, 7	Estofat de vedella a la jardineria	12						
Pa amb tomàquet	1	Amanida d'enciam i pastanaga	12	***	-	Amanida d'enciam i olives	12	***	-						
Postres làcties	7	Fruita de temporada	-	Fruita de temporada	-	Fruita de temporada	-	Fruita de temporada	-						
***	-	Pa	1	Pa	1	Pa	1	Pa	1						
E Kcal 893,61	HC g 101,73	PROT g 31,47	LIP g 40,09	E Kcal 872,97	HC g 100,86	PROT g 29,25	LIP g 39,17	E Kcal 850,44	HC g 106,84	PROT g 21,44	LIP g 37,48	E Kcal 610,41	HC g 74,85	PROT g 29,49	LIP g 21,45
Pasta		Patata		Verdura		Patata		Especial divendres							
Peix		Formatge fresc		Porc		Ou									
Fruita		Lacti		Fruita		Fruita									

Dilluns 26 A		Dimarts 27 A		Dimecres 28 A							
Llenties amb verdures	12	Espirals a la napolitana	1	Patates estofades amb magra	12						
Truita de formatge	3, 7	Gall dindi estofat amb patata i pastanaga	12	Lluç amb verdures al forn	4, 12						
Amanida d'enciam i blat de moro	12	***	-	Amanida de pastanaga, olives i blat de moro	12						
Postres làcties	7	Fruita de temporada	-	Fruita de temporada	-						
Pa amb tomàquet	1	Pa	1	Pa	1						
E Kcal 897,39	HC g 77,23	PROT g 43,82	LIP g 45,91	E Kcal 817,03	HC g 110,37	PROT g 44,14	LIP g 22,11	E Kcal 737,42	HC g 86,14	PROT g 35,62	LIP g 27,82
Arròs		Verdura		Arròs							
Vedella		Porc		Ou							
Fruita		Lacti		Fruita							

Montserrat Garcia i Buxelo
(Cap de Qualitat, Medi Ambient i Dietètica d'ISS)
Núm. de col·legiada CAT000540

ISS FACILITY SERVICES
C. Jesús Serra Santamans, 7
08174 SANT CUGAT DEL VALLES
(Barcelona)



Tel. 902 266 366 | info@es.issworld.com