

	<p>PROYECTO EDUCATIVO "AL COMPÁS"</p> 			
<p>LUNES/DILLUNS 01 Kcal689 Prot 26 Lip 20 HC 99 Macarrones con tomate Macarrons amb tomata Croquetas de bacalao Mondonguilles de bacallà Fruta variada – Fruta variada Pan blanco – Pa blanc</p>	<p>MARTES/DIMARTS 02 Kcal 640 Prot 26 Lip 17 HC 68 Garbanzos con verduras Cigrons amb verdures Tortilla francesa Truitada francesa Fruta variada – Fruta variada Pan blanco – Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 03 Kcal710 Prot 32 Lip 22 HC 93 Arroz meloso de pollo y champiñones Arròs melós de pollastre i xampinyons Merluza en salsa de puerros Lluç amb salsa de porros Fruta variada – Fruta variada Pan blanco – Pa blanc</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 04 Kcal 815 Prot 31 Lip 38 HC 77 Lentejas estofadas Llentilles estofades Jamón braseado con coliflor en tempura Pernil brassejat amb coliflor en tempura Fruta variada – Fruta variada Pan blanco – Pa blanc</p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 05 Kcal767 Prot 21 Lip 33 HC90 Crema de hortalizas de temporada Crema d'hortalisses de temporada Albóndigas en salsa con guisantes y arroz Mandonguilles en salsa amb pèsols i arròs Fruta variada – Fruta variada Pan blanco – Pa blanc</p>
<p>LUNES/DILLUNS 08 Kcal697 Prot 22 Lip 17 HC 107 Arroz a la cubana Arròs a la cubana Merluza en salsa de puerros Lluç en salsa de porro Fruta variada – Fruta variada Pan blanco – Pa blanc</p>	<p>MARTES/DIMARTS 09 Kcal 629 Prot 27 Lip 21 HC 73 Crema de legumbres - Crema de llegums Lomo en salsa de queso con champiñones Llomello en salsa de formatge amb xampinyons Fruta variada – Fruta variada Pan blanco – Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 10 Kcal 603 Prot 30 Lip 21 HC 70 Sopa de cocido Sopa d'olla Pollo con mostaza a la miel con patatas Pollastre amb mostassa a la mel amb creïlles Fruta variada – Fruta variada Pan blanco – Pa blanc</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 11 Kcal693 Prot 31 Lip 33 HC 63 Lentejas con chorizo Llentilles amb xoriço Gallo San Pedro a la madrileña con sus patatitas Gall San Pere a la madrilenya amb les seues creïlletes Fruta variada – Fruta variada Pan blanco – Pa blanc</p> 	<p>VIERNES/DIVENDRES 12 Kcal739 Prot 34 Lip 26 HC 90 Fideuà Fideuà Tortilla con atún Truitada de tonyina Fruta variada – Fruta variada Pan blanco – Pa blanc</p>
<p>LUNES/DILLUNS 15 Kcal704 Prot 13 Lip 28 HC 100 Arroz al horno - Arròs al forn Tortilla francesa con tempura de verdura Truitada francesa amb tempura de verdures Fruta variada – Fruta variada Pan blanco – Pa blanc</p>	<p>MARTES/DIMARTS 16 Kcal631 Prot 31 Lip 22 HC 76 Crema de verduras Crema de verdures Longanizas de ave con coliflor en tempura Llonganisses d'au amb floricol en tempura Fruta variada – Fruta variada Pan blanco – Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 17 Kcal812 Prot 36 Lip 39 HC 101 Canelones de atún - Canelons de tonyina Hamburguesa vegetal con aros de cebolla Hamburguesa vegetal amb cèrcols de ceba Fruta variada – Fruta variada Pan blanco – Pa blanc</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 18 Kcal672 Prot 36 Lip 21 HC 79 Potaje de garbanzos Potatge de cigrons Pollo asado Pollastre rostit Fruta variada – Fruta variada Pan blanco – Pa blanc</p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 19 Kcal812 Prot 36 Lip 39 HC 101 Espaguetis con atún Espaguetis amb tonyina Merluza en salsa de tomate, albahaca y aceitunas Lluç en salsa de tomata, alfàbrega i olives Fruta variada – Fruta variada Pan blanco – Pa blanc</p>
<p>LUNES/DILLUNS 22 Kcal751 Prot 32 Lip 24 HC 96 Sopa de verduras con fideos Sopa de verdures amb fideus Hamburguesa mixta con patatas fritas Hamburguesa mixta amb creïlles fregides Fruta variada – Fruta variada Pan blanco – Pa blanc</p>	<p>MARTES/DIMARTS 23 Kcal604 Prot 25 Lip 24 HC 72 Crema de calabaza con picastostes Crema de carabassa amb rostos Salmón con zanahoria, pimiento y cebolla Salmó amb carlota, pimentó i ceba Fruta variada – Fruta variada Pan blanco – Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES/DIMECRES 24 Kcal 603 Prot 34 Lip 21 HC 70 Lentejas estofadas Llentilles estofades Tortilla francesa Truitada francesa Fruta variada – Fruta variada Pan blanco – Pa blanc</p>	<p>JUEVES/DIJOUS 25 Kcal 790 Prot 22 Lip 30 HC 108 Tallarines napolitana-Tallarins napolitana Jamón york y queso Pernil dolç i formatge Fruta variada – Fruta variada Pan blanco – Pa blanc</p>	<p>VIERNES/DIVENDRES 26 Kcal652 Prot 26 Lip 23 HC 84 Arroz con sepia Arròs amb sépia Croquetas de bacalao Mondonguilles de bacallà Fruta variada – Fruta variada Pan blanco – Pa blanc</p>