



- Festiu
- 100% Vegetal
- Dia especial
- Recomanacions de sopars

Els menús estan supervisats per nutricionistes, amb formació acreditada, Grau en Nutrició Humana i Dietètica, segons la llei 17/2011 de Seguretat Alimentària i Nutrició. Contacte: dietistarcn@ausolan.com. A cicle infantil es substituirà l'amanida de primer plat per un puré de verdures de temporada.

Amb tu cada dia
menuo.ausolan.com

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 Amanida de pasta Estofat de vedella amb verdures Fruita de temporada Pa integral Kcal. 736 h.c. 86,7 lip. 27,5 p. 34,4 Verdura/Peix+cereal/logurt	2 Seques estofades Pollastre a la llimona amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabanc Kcal. 789 h.c. 86,1 lip. 27,6 p. 41,3 Verdura/Ou+cereal/logurt	3 Mongeta verda amb patata Truita amb formatge amb enciam i olives logurt natural Pa integral Kcal. 762 h.c. 45,1 lip. 48,8 p. 34,1 Cereal/Prot.Vegetal/logurt	4 Arròs integral al curri Lluç amb salsa verda amb mesclum Fruita de temporada Pabanc Kcal. 742 h.c. 85,8 lip. 26,7 p. 39,1 Verdura/Au+cereal/logurt
7	8 Festiu	9 Arròs amb tomàquet Daus d'au marcats amb enciam i poma Fruita de temporada Pabanc Kcal. 726 h.c. 90,4 lip. 30,7 p. 22,7 Verdura/Prot.Vegetal/logurt	10 Cigróns guisats Peix fresc de mercat amb enciam i blat de moro logurt natural Pa integral Kcal. 777 h.c. 84,4 lip. 28,9 p. 39,1 Verdura/Ou+patata/Fruita	11 Crema de verdura Pernillets de pollastre al forn amb patates i allioli de codony Fruita de temporada Pabanc Kcal. 713 h.c. 79,0 lip. 32,4 p. 25,0 Cereal/Peix+verdura/logurt
14 Lenties estofades Lluç al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada Pabanc Kcal. 626 h.c. 75,5 lip. 19,4 p. 34,8 Verdura/Au+patata/logurt	15 Minestra de verdura amb patata Hamburguesa mixta amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada Pa integral Kcal. 509 h.c. 55,2 lip. 23,0 p. 19,1 Verdura/Prot.Vegetal/logurt	16 Sopa de brou amb estrelles Pollastre al romani amb enciam i olives logurt natural Pabanc Kcal. 648 h.c. 67,8 lip. 26,3 p. 33,6 Cereal/Ou+verdura/Fruita	17 Crema de porro i xirivia Espaguetis integrals amb soja texturitzada Fruita de temporada Pa integral Kcal. 961 h.c. 125,2 lip. 35,0 p. 29,8 Cereal/Peix+verdura/logurt	18 Arròs amb verdura Truita francesa amb enciam i tomàquet Fruita de temporada Pabanc Kcal. 854 h.c. 106,2 lip. 37,0 p. 24,3 Verdura/Porc+cereal/logurt
21 Macarrons amb salsa de bolets Aletes de pollastre amb enciam i blat de moro Fruita de temporada Pabanc Kcal. 702 h.c. 94,1 lip. 23,1 p. 28,8 Verdura/Peix+cereal/logurt	22 Festiu	23 Festiu	24 Festiu	25 Festiu
28 Festiu	29 Festiu	30 Festiu	31 Festiu	