

# MENÚ MENJADOR GENER 2025



Escola Sant Josep  
VILAFRANCA DEL PENEDÈS



DILLUNS –	DIMARTS –	DIMECRES –	DIJOUS -	DIVENDRES -
DILLUNS -	DIMARTS —	DIMECRES - 08	DIJOUS —'09	DIVENDRES —10
		CALORIES 644,2 KCal PROTEÏNES 33,4 gr. LÍPIDS 17,4 gr. HIDRATS 92,9 gr.  <b>PROPOSTA DE SOPAR</b> SOPA DE PASTA GALL DINDI AMB AMANIDA IOGURT	CALORIES 684,7 KCal PROTEÏNES 22,2 gr. LÍPIDS 37,3 gr. HIDRATS 66,3 gr.  <b>PROPOSTA DE SOPAR</b> PÈSOLS AMB PERNIL TRUITA FRANCESA FRUITA	CALORIES 639,8 KCal PROTEÏNES 47,2 gr. LÍPIDS 19,2 gr. HIDRATS 72,2 gr.  <b>PROPOSTA DE SOPAR</b> AMANIDA VARIADA PIZZA AL GUST FRUITA
DILLUNS - 13	DIMARTS —14	DIMECRES - 15	DIJOUS - 16	DIVENDRES — 17
CALORIES 601,3 KCal PROTEÏNES 39,4 gr. LÍPIDS 18,6 gr. HIDRATS 74,0 gr.  <b>PROPOSTA DE SOPAR</b> CREMA DE VERDURES PEIX BLANC AMB TOMAQUET IOGURT	CALORIES 713,2 KCal PROTEÏNES 23,3 gr. LÍPIDS 44,5 gr. HIDRATS 58,3 gr.  <b>PROPOSTA DE SOPAR</b> SOPA AMB FIDEUS I CIGRONS TRUITA DE CARBASSÓ, AMANIDA FRUITA	CALORIES 664,1 KCal PROTEÏNES 39,8 gr. LÍPIDS 24,5 gr. HIDRATS 73,1 gr.  <b>PROPOSTA DE SOPAR</b> AMANIDA GREGA BOTIFARRA AMB ARRÓS FRUITA	CALORIES 659,5 KCal PROTEÏNES 23,2 gr. LÍPIDS 23,9 gr. HIDRATS 91,0 gr.  <b>PROPOSTA DE SOPAR</b> ESPAGUETIS AMB VERDURES SALMÓ AL FORN FRUITA	CALORIES 641,3 KCal PROTEÏNES 32,3 gr. LÍPIDS 24,8 gr. HIDRATS 73,1 gr.  <b>PROPOSTA DE SOPAR</b> AMANIDA AMB FRUITA FRESCA PA AMB EMBOTITS FRUITA
DILLUNS - 20	DIMARTS — 21	DIMECRES - 22	DIJOUS - 23	DIVENDRES — 24
CALORIES 593,9 KCal PROTEÏNES 31,3 gr. LÍPIDS 16,3 gr. HIDRATS 84,0 gr.  <b>PROPOSTA DE SOPAR</b> VERDURA AMB PATATES CROQUETES I NUGGETS IOGURT	CALORIES 684,1 KCal PROTEÏNES 20,5 gr. LÍPIDS 40,4 gr. HIDRATS 60,3 gr.  <b>PROPOSTA DE SOPAR</b> SOPA D'ARRÓS I CLOÏSSES PEIX BLANC AMB VERDURES FRUITA	CALORIES 584,6 KCal PROTEÏNES 38,4 gr. LÍPIDS 22,5 gr. HIDRATS 83,5 gr.  <b>PROPOSTA DE SOPAR</b> CUSCÚS AMB HORTALISSES TRUITA A LA FRANCESA FRUITA	CALORIES 672,4 KCal PROTEÏNES 25,8 gr. LÍPIDS 31,3 gr. HIDRATS 75,0 gr.  <b>PROPOSTA DE SOPAR</b> PURÉ DE PÈSOLS AMB CROSTONS PINXOS DE GALL DINDI FRUITA	CALORIES 640,0 KCal PROTEÏNES 41,5 gr. LÍPIDS 34,4 gr. HIDRATS 44,4 gr.  <b>PROPOSTA DE SOPAR</b> AMANIDA AMB FRUIT SECS ENTREPÀ DE YORK I FORMATGE FRUITA
DILLUNS - 27	DIMARTS — 28	DIMECRES - 29	DIJOUS — 30	DIVENDRES — 31
CALORIES 640,9 KCal PROTEÏNES 33,7 gr. LÍPIDS 20,6 gr. HIDRATS 81,7 gr.  <b>PROPOSTA DE SOPAR</b> CREMA DE VERDURES POLLASTRE AL FORN I PRUNES FRUITA	CALORIES 724,6 KCal PROTEÏNES 28,2 gr. LÍPIDS 27,5 gr. HIDRATS 91,6 gr.  <b>PROPOSTA DE SOPAR</b> ARRÓS AMB VERDURES PEIX BLAU AL FORN FRUITA	CALORIES 619,8 KCal PROTEÏNES 20,6 gr. LÍPIDS 30,0 gr. HIDRATS 69,0 gr.  <b>PROPOSTA DE SOPAR</b> SOPA DE PASTA GALL DINDI A LA 'PLANXA FRUITA	CALORIES 608,0 KCal PROTEÏNES 33,1 gr. LÍPIDS 21,2 gr. HIDRATS 72,1 gr.  <b>PROPOSTA DE SOPAR</b> GRAELLADA DE VERDURES HAMBURGUESA VEGETAL IOGURT	CALORIES 724,7 KCal PROTEÏNES 50,5 gr. LÍPIDS 27,0 gr. HIDRATS 72,4 gr.  <b>PROPOSTA DE SOPAR</b> AMANIDA DE TOMAQUET PA AMB TRUITA DE PERNIL FRUITA

\*No es podrà realitzar cap modificació en el menú de cap alumne sense una prescripció mèdica que així ho indiqui.