



MENÚ:

BASAL

Joaquima Vedruna Terrassa

MAIG 2025

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Revisat per Laia Torrelles,
Diplomada en Nutrició i dietètica.
Col·legiada nº CAT001125

Patates estofades amb verdures
(bledes, pastanaga i porro) **05**

Salsitxes a la planxa

Enciam i olives

Pa blanc/integral i Fruita fresca

688,4Kcal - Prot:23,0g - Lip:30,6g -
HC:75,0g AGS:7,9g - Sucres:22,5g -
Sal:2,4g

Amanida completa (enciam, tomàquet,
pastanaga, blat de moro, formatge
fresc, pipes de carbassa i panses) **12**

Paella mixta

-

Pa blanc/integral i Fruita fresca

571,0Kcal - Prot:28,9g - Lip:16,0g -
HC:76,4g AGS:3,1g - Sucres:17,8g -
Sal:1,5g

Llenties amb carbassa **19**

Truita de patata i ceba

Rodes de tomàquet i olives negres

Pa blanc/integral i Fruita fresca

670,5Kcal - Prot:29,4g - Lip:24,8g -
HC:76,6g AGS:5,0g - Sucres:19,3g -
Sal:2,3g

Llacets amb tomàquet **26**

Hamburguesa a la planxa

Enciam i olives

Pa blanc/integral i Fruita fresca

633,0Kcal - Prot:23,2g - Lip:10,2g -
HC:107,2g AGS:1,8g - Sucres:25,7g -
Sal:1,4g

Mongeta verda amb patates **06**

Daus de gall dindi a la jardinera

-

Pa blanc/integral i logurt natural

576,0Kcal - Prot:21,9g - Lip:12,7g -
HC:85,7g AGS:3,2g - Sucres:23,3g -
Sal:1,6g

Cigrons estofats **13**

Truita de patata i carbassó

Enciam i pastanaga

Pa blanc/integral i Fruita fresca

680,9Kcal - Prot:26,8g - Lip:24,2g -
HC:81,2g AGS:4,7g - Sucres:20,0g -
Sal:2,2g

Amanida d'arròs, pastanaga, blat de
moro, tomàquet i olives **20**

Lluç al forn

Enciam i cogombre

Pa blanc/integral i Fruita fresca

555,1Kcal - Prot:23,7g - Lip:12,5g -
HC:83,9g AGS:2,1g - Sucres:16,8g -
Sal:2,0g

Empedrat de cigrons (tomàquet, pebrot i
ceba) **27**

Llom arrebossat

Enciam i cogombre

Pa blanc/integral i logurt natural

590,4Kcal - Prot:25,7g - Lip:21,5g -
HC:51,6g AGS:8,2g - Sucres:11,2g -
Sal:2,7g

Arròs tres delícies **07**

Lluç a la planxa

Tomàquet amanit amb orenga

Pa blanc/integral i Fruita fresca

664,2Kcal - Prot:26,9g - Lip:18,5g -
HC:93,4g AGS:3,0g - Sucres:17,8g -
Sal:2,7g

Sopa d'au amb pistons **14**

Filet de gall dindi en salsa

Patata panadera al forn

Pa blanc/integral i Fruita fresca

598,4Kcal - Prot:40,3g - Lip:13,9g -
HC:74,8g AGS:3,3g - Sucres:16,2g -
Sal:1,3g

Mongetes tendres amb patates al vapor **21**

Contracuixa de pollastre al forn

Enciam i tomàquet

Pa blanc/integral i Fruita fresca

603,6Kcal - Prot:23,8g - Lip:32,1g -
HC:49,9g AGS:1,0g - Sucres:18,5g -
Sal:1,0g

Mongetes tendres amb patates al vapor **28**

Pollastre rostit amb poma

Amanida mesclum amb blat de moro i
olives verdes

Pa blanc/integral i Fruita fresca

609,5Kcal - Prot:36,4g - Lip:24,2g -
HC:57,0g AGS:5,4g - Sucres:20,0g -
Sal:2,1g

01

FESTIU

Amanida de pasta (pastanaga, blat de
moro, tomàquet i olives verdes) **08**

Truita francesa

Enciam i cogombre

Pa blanc/integral i Fruita fresca

646,8Kcal - Prot:23,7g - Lip:24,0g -
HC:80,3g AGS:6,7g - Sucres:20,2g -
Sal:1,9g

Bròquil amb patata al vapor **15**

Botifarra a la planxa

Mongetes blanques saltejades amb all i
julivert

Pa blanc/integral i logurt natural

680,8Kcal - Prot:33,3g - Lip:31,7g -
HC:59,7g AGS:9,6g - Sucres:12,6g -
Sal:4,1g

**MENÚ SANTA JOAQUIMA
VEDRUNA** **22**

Macarrons amb tomàquet

Croquetes variades amb enciam i blat
de moro

Pa blanc/integral i Pastís

719,1Kcal - Prot:18,8g - Lip:25,4g -
HC:100,5g AGS:8,6g - Sucres:29,4g -
Sal:2,4g

Arròs tres delícies **29**

Gall de Sant Pere rostit amb patates,
tomàquet i ceba

-

Pa blanc/integral i Fruita fresca

610,3Kcal - Prot:29,8g - Lip:22,3g -
HC:63,9g AGS:5,3g - Sucres:25,2g -
Sal:2,3g

02

**DIA DE LLIURE
DISPOSICIÓ**

Crema de pèsols, porro i pera **09**

Pit de pollastre en salsa de pastanaga

Carbassó al forn

Pa blanc/integral i Fruita fresca

719,8Kcal - Prot:36,7g - Lip:27,2g -
HC:74,7g AGS:6,4g - Sucres:23,0g -
Sal:1,8g

Espirals amb tomàquet i formatge
gratinats **16**

Seitons arrebossats

Enciam i olives

Pa blanc/integral i Fruita fresca

643,2Kcal - Prot:23,6g - Lip:27,7g -
HC:70,5g AGS:5,0g - Sucres:19,8g -
Sal:3,3g

Vichyssoise amb crostons **23**

Mandonguilles a la jardinera

-

Pa blanc/integral i Fruita fresca

587,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:13,1g -
HC:88,7g AGS:8,4g - Sucres:20,7g -
Sal:2,0g

Pèsols saltejats amb pernil salat **30**

Truita de patata i ceba

Enciam i pastanaga

Pa blanc/integral i Fruita fresca

620,3Kcal - Prot:27,8g - Lip:11,2g -
HC:98,8g AGS:2,0g - Sucres:17,9g -
Sal:1,5g