



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU Novembre 2022 HALAL



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:3187 hidrats(gr):208 lipids(gr):120 proteïnes:105 (gr) del1a16			Llenties ecològiques amb verduretes Hamburgueses de col i flor amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Truita de tonyina amb enciam i pastanaga natural Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons ecològics Pollastre rostit amb llesquetes de patata logurt Natural
kcal:3.979 hidrats(gr):261,7 lipids(gr):150 proteïnes:132,1 (gr) del7a113	Crema de carbassa natural Filet de llenguado amb veduretes Fruita de temporada	Sopa de brou casolà amb estrelletes ecològiques Farcellets de verdures amb llesquetes de pastanaga Fruita de temporada	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Pollastre rostit al forn amb enciam i olives sense pinyol Fruita de temporada	Mongetes seques naturals ecològiques Hamburgueses de verdures a amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Arròs a la Napolitana (amb tonyina) Pilotetes de peix amb suc i daus de patates Natilles
kcal:3.987 hidrats(gr):266 lipids(gr):152 proteïnes:131 (gr) del14a120	Arròs amb tomàquet natural sofregit Pollastre rostit al forn amb amanida i olives sense pinyol Fruita de temporada	Llenties ecològiques amb verduretes Croquetes de bacallà amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Hamburgueses de quinoa a la planxa amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons ecològics Crestes de tonyina amb verdures Fruita de temporada	Crema de carbasso natural i formatget Truita de patata amb amanida i blat de moro natural logurt Natural
kcal:3.978 hidrats(gr):261,7 lipids(gr):150 proteïnes:132,1 (gr) del21a127	Llenties ecològiques amb verduretes Hamburgueses de verdures amanida verda i olives Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de carbassó amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Sopa de brou casolà amb estrelletes ecològiques Bastonets de lluç amb patates xef Fruita de temporada	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Pollastre rostit al forn amb amanida i blat de moro natural Fruita de temporada	Macarrons ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn amb pesols i carbassa logurt Natural
kcal:3186 hidrats(gr):208 lipids(gr):120 proteïnes:105 (gr) del28a130	Espirals ecològics amb tomàquet i formatge ratllat Truita d'espínacs amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Crema de carbassa natural Pollastre rostit al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Arròs tres delícies Cueta de rap a la romana amb amanida i olives sense pinyol Fruita de temporada		

MENUS ANALITZATS microbiològicament PER LABORATORIS COBAC SA. Dietista col.legiada 001312

SEMPRE ENS RENTEM LES MANS ABANS DE MENJAR

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Kiwi - Platan - Mandarina - Taronja// Postres làctics Danone