



# FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU MARÇ 2019



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:799,6 hidrats(gr):54 lípidis(gr):31 proteïnes:27 (gr) del1a13					Espirals <b>ecològics</b> amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn amb daus de pastanaga i pesols  logurt natural artesà
kcal:3998 hidrats(gr):270 lípidis(gr):159 proteïnes:142 (gr) del4a110	Festiu de Lliure disposició	Crema de carbassa natural Truita de patates amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets <b>ecològics</b> Pollastre rostit al forn amb llesquetes de patates  Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Cueta de rap a la romana amb amanida i blat de moro natural Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Mandonguilles de gall d'indi amb xampinyons  logurt natural artesà
kcal:3987 hidrats(gr):261 lípidis(gr):150 proteïnes:133 (gr) del11a117	Mongeta verda i patata natural bullida i oli d'oliva Salsitxes a la planxa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets <b>ecològics</b> Pit de pollastre arrebossat amb patates xips  Fruita de temporada	Patates natural amb suc i sipieta Truita francesa amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Cigrons de <b>St.Guim (Casa Martí)</b> Hamburgueses de vedella tomàquet natural i olives sense pinyol Fruita de temporada	Espirals <b>ecològics</b> amb tomàquet i formatge ratllat Filet de llenguado al forn amb patates lionesa  logurt natural artesà
kcal:3989 hidrats(gr):265,9 lípidis(gr):155,7 proteïnes:134,56 (gr) del18a124	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita de carbassó amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets <b>ecològics</b> Pilotetes de vedella a la jardinera (verduretes) Fruita de temporada	Mongetes seques <b>ecològiques</b> Bastonets de lluç amb amb amanida verda i olives Fruita de temporada	Espaguettis <b>ecològics</b> amb tomàquet i formatge ratllat Crestes de tonyina amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Crema de carbassó natural amb formatge Botifarra a la planxa amb patates xef logurt natural artesà
kcal:3987 hidrats(gr):260 lípidis(gr):149 proteïnes:132 (gr) del 25 al 31	Llenties <b>ecològiques</b> amb verdures Hamburgueses de vedella amb amanida i blat de moro natural Fruita de temporada	Col i patata natural saltejada Llibret de pernil dolç i formatge amb tomàquet i olives sense pinyol Fruita de temporada	Macarrons <b>ecològics</b> amb tomàquet i formatge ratllat Truita d'espínacs amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Pizza 4 estacions <b>ecològica i artesana</b> Filet de llenguado al forn amb pesols i pastanaga natural Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets <b>ecològics</b> Mandonguilles de gall d'indi amb xampinyons  logurt natural artesà

**MENUS SUPERVISATS PER LABORATORIS COBAC SA. Dietista/Nutricionista Sra. Sepsí Aiguadé N°col.legiada 5471**

Fruita de temporada: Mandarines - Poma - Pera - Taronja - Platan - Kiwi

**RENTA 'T SEMPRE LES MANS ABANS DE MENJAR**

