



FRESCAT

reg.sant.26-04727/cat MENU Octubre 2019



Setmana	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
kcal:3180 hidrats(gr):207 lipids(gr):120 proteïnes:104 (gr) del1al6		Espaguetis de blat ecològic amb tomàquet i formatge ratllat Truita de francesa amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Pizza 4 estacions artesana (de proximitat i ecològica) Llibrets de pernil dolç i formatge amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets ecològics Pollastre amb patates lionesa Fruita de temporada	Patates naturals amb sipieta i pèsols Angel al forn amb daus de daus de carbassa natural logurt natural artesà
kcal:3189 hidrats(gr):212 lipids(gr):123 proteïnes:104 (gr) del7al13	Crema de carbassó natural amb formatge Pit de pollastre amb amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Escudella casolana amb galets de blat ecològic Hamburgueses de vedella a la planxa amb patata roda Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Truita d'espínacs amb enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Pèsols i patata Cueta de rap a la romana amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Macarrons de blat ecològic amb tomàquet i formatge ratllat Botifarra a la planxa amb pisto de verdures logurt natural artesà
kcal:3996 hidrats(gr):263,1 lipids(gr):153,6 proteïnes:135,5 (gr) del14al20	Espirals de blat ecològic amb tomàquet i formatge ratllat Bastonets de lluç amb amanida verda i olives sense pinyol Fruita de temporada	Trinxat de col i patata natural i oli d'oliva Pollastre rostit al forn amb tomàquet al forn natural Fruita de temporada	Crema de carbassa natural Truita de patates amb amb amanida i blat de moro Fruita de temporada	Mongetes de St.Guim (Casa Martí) Salsitxes a la planxa amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons de blat ecològic Mandonguilles guisades de vedella amb llesquetes de patata i bolets Natilles
kcal:3.979 hidrats(gr):261,7 lipids(gr):150 proteïnes:132,1 (gr) del21al27	Mongeta tendra i patata natural bullida i oli d'oliva Croquetes de bacallà amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Lasanya casolana gratinada Pollastre rostit al forn amb patates rosses (xef) Fruita de temporada	Patates naturals amb sipieta i pèsols Botifarra a la planxa amb enciam i olives sense pinyol Fruita de temporada	Sopa de brou amb galets de blat ecològic Truita d'espínacs amb juliana d'enciam i pastanaga natural ratllada Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet natural sofregit Filet de llenguado al forn amb pèsols i pastanaga logurt natural artesà
kcal:3183 hidrats(gr):208 lipids(gr):120 proteïnes:105 (gr) del28al31	Llenties ecològiques amb verduretes Hamburgueses de verdures amb xips Fruita de temporada	Tallerines de blat ecològic amb tomàquet i formatge ratllat Truita francesa amb enciam i blat de moro natural Fruita de temporada	Crema de carbassó natural Escalopes de llom amb mesclum d'enciams (escarola, enciam, l'ollo rosso) Fruita de temporada	Escudella casolana amb pistons de blat ecològic Pollastre rostit al forn amb amb patata lionesa Fruita de temporada	

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

Fruita de temporada: - Poma - Pera - Kiwi - Platan - Mandarina - Taronja// COLOR TARONJA producte de proximitat